KHALID AL-HUSAINAN



Lebih dari

1000 Amalan Sunnah

dalam Sehari Semalam



PUSTAKA
IMAM ASY-SYAFI'I



بسم الله الرحمن الرحيم



DASAR PIJAKAN
PUSTAKA IMAM ASY-SYAFI'I

1. Al-Qur-an dan as-Sunnah.
2. Pemahaman Salafush Shalih,
yaitu Sahabat, Tabi'in, dan Tabi'ut Tabi'in.
3. Melalui ulama-ulama yang berpegang
teguh pada pemahaman tersebut.
4. Mengutamakan dalil-dalil yang shahih.

TUJUAN KAMI :

Agar kaum Muslimin dapat memahami
dienul Islam dengan benar dan sesuai dengan
pemahaman Salafush Shalih.

MOTTO KAMI :

Insya Allah, menjaga keotentikan
tulisan penyusun.

*Ya Allah, mudahkanlah semua urusan kami
dan terimalah amal ibadah kami, amin.*



PUSTAKA
IMAM ASY-SYAFI'I

Penerbit Penebar Sunnah



KHALID AL-HUSAINAN

Lebih dari 1000 Amalan Sunnah dalam Sehari Semalam



أكثر من ١٠٠٠
سنة في اليوم والليلة

Lebih dari
1000 Amalan Sunnah dalam Sehari Semalam

Judul Asli : Aktsaru min Alfi Sunnatin fil Yaumi wal Lailah
Penulis : Khalid Al-Husainan
Pentahqiq : Syaikh 'Ali bin Hasan al-Halabi
Terbitan : Dâr Balansiyah lin Nasyr wat Tauzi'
Cet. IV 1424 H / 2003 M - Riyadh Saudi Arabia
Penerjemah : Zaki Rahmawan
Muraja'ah : Arman bin Amri, Lc
Setting Layout : Faik Sungkar
Desain Sampul : Ahmad Fajar Qomarudin
Penerbit:
PUSTAKA IMAM ASY-SYAFI'I

 Join us: pustakaimamsyafii  Follow us: pustakaimamasysyafii

Cetakan Ke-1 : Rabi'ul Akhir 1425 H / Juni 2004 M
Cetakan Ke-14 : Muharram 1443 H / September 2021 M
Website: pustakaimamsyafii.com
E-mail: surat@pustakaimamsyafii.com

Al-Husainan, Khalid
Lebih dari 1000 amalan sunnah dalam sehari semalam / Khalid Al-Husainan ; penerjemah, Zaki Rahmawan ; muraja'ah, Arman bin Amri. – Jakarta : Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2005.
x + 138 hlm. ; 14 x 20 cm.
Judul Asli : Aktsaru min alfi sunnatin fil yaum wal lailah.
ISBN 978-979-3536-21-7
1. Ibadah (Islam) I. Judul. II. Rahmawan, Zaki. III. Arman bin Amri
297.3



Pengantar Penerbit

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِيْنُهُ وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوْذُ بِاللهِ مِنْ شُرُوْرِ أَنْفُسِنَا وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا مَنْ يَهْدِهِ اللهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ، وَمَنْ يُضْلِلْ فَلَا هَادِيَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُوْلُهُ.

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِۦ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ ﴿١٠٢﴾ ﴾[1]

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُوا۟ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَآءً ۚ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ ٱلَّذِى تَسَآءَلُونَ بِهِۦ وَٱلْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴿١﴾ ﴾[2]

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَقُولُوا۟ قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾ يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَٰلَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴿٧١﴾ ﴾[3]

---

1 QS. Ali 'Imran [3]: 102
2 QS. An-Nisâ' [4]: 1
3 QS. Al-Ahzâb [33]: 70-71

أَمَّا بَعْدُ: فَإِنَّ أَصْدَقَ الْحَدِيْثِ كِتَابُ اللهِ وَخَيْرَ الْهَدْيِ هَدْيُ مُحَمَّدٍ ﷺ، وَشَرَّ الْأُمُوْرِ مُحْدَثَاتُهَا وَكُلَّ مُحْدَثَةٍ بِدْعَةٌ وَكُلَّ بِدْعَةٍ ضَلَالَةٌ وَكُلَّ ضَلَالَةٍ فِي النَّارِ.

Sunnah Rasulullah ﷺ memiliki kedudukan yang amat tinggi dalam Islam. Ibarat seekor burung, ia adalah salah satu sayapnya. Tentu saja seekor burung tidak akan bisa terbang tinggi dengan satu sayap. Begitu pula Islam, tanpa as-Sunnah ia tidak akan bisa ditegakkan. Maka itu, Islam adalah sunnah dan sunnah adalah Islam.

Imam al-Barbahari berkata dalam *Syarhus Sunnah* (hlm. 59): "Ketahuilah bahwa Islam adalah sunnah dan sunnah adalah Islam. Tidak akan tegak salah satu dari keduanya kecuali yang lainnya juga tegak."

Allah ﷻ berfirman:

﴿ قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ ٱللَّهَ فَٱتَّبِعُونِى يُحْبِبْكُمُ ٱللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَٱللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿٣١﴾ ﴾

"Katakanlah (Muhammad): 'Jika kamu mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mencintaimu dan mengampuni dosa-dosamu.' Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang." (QS. Ali 'Imran [3]: 31)

Imam Ahmad bin Hanbal رحمه الله pernah berdoa:

(اَللّٰهُمَّ أَمِتْنَا عَلَى الإِسْلَامِ وَالسُّنَّةِ.)

"Ya Allah, wafatkanlah kami di atas Islam dan sunnah."

Sesungguhnya, derajat seorang muslim bukanlah diukur dari banyaknya harta yang dikumpulkan dan dari keelokan parasnya. Akan tetapi, derajat seorang muslim diukur dari seberapa besar ia meneladani Rasulullah.

Untuk mengenalkan umat Islam kepada sunnah Rasul ﷺ, kami menerbitkan risalah praktis berjudul *Lebih dari 1000 Amalan Sunnah dalam Sehari Semalam* yang kami terjemahkan dari kitab Arab: *Aktsaru min Alfi Sunnatin fil Yaum wal Lailah*. Risalah ringkas, aplikatif, dan mudah dipahami ini ditulis oleh Khalid al-Husainan. Tujuannya, agar kaum muslimin dapat menghidupkan sunnah beliau pada kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan ibadah, tidur, makan, dan aktivitas lainnya.

Guna menegakkan sudut pandang keilmiahan, kami menambahkan beberapa keterangan penjelas dan *takhrij* hadits-hadits sebagai pelengkap buku ini.

Akhirnya kepada Allah ﷻ kami memohon, semoga terjemahan risalah ini bermanfaat bagi kaum muslimin. Semoga Dia menjadikan risalah ini sebagai pendorong untuk menambah *ittiba'* kita kepada Nabi Muhammad. Shalawat dan salam semoga dilimpahkan kepada beliau beserta keluarga, Sahabat, serta pengikutnya yang baik hingga hari Kiamat.

Jakarta, Rabi'ul Awwal 1426 H. / Mei 2005 M.

Penerbit
Pustaka Imam asy-Syafi'i

Daftar Isi



Mukadimah

Segala puji bagi Allah, Rabb Yang Maha Penyayang lagi Maha Pengampun. Dialah Yang Maha Pemurah lagi Mahaperkasa, Yang membolak-balikkan hati dan penglihatan para hamba, serta Yang Mengetahui segala yang tampak maupun yang tersembunyi. Sesungguhnya aku selalu memuji diri-Nya, baik pagi maupun sore hari.

Aku pun bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi dengan benar kecuali Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Kalimat *syahadat* (kesaksian) inilah yang menyebabkan diselamatkannya tiap orang muslim yang mengucapkannya dari azab Neraka.

Aku juga bersaksi bahwa Muhammad adalah Nabi yang dipilih oleh-Nya. Semoga shalawat selalu tercurah terus-menerus sepanjang hari kepada beliau, juga kepada keluarganya, serta para Sahabatnya. Sungguh, mereka itu pantas mendapat kedudukan yang agung dan mulia.

Tidak dapat disangsikan, hal yang terpenting bagi seorang muslim di dalam kehidupan sehari-hari adalah mengamalkan sunnah Nabi ﷺ dalam tindak-tanduk, perkataan dan perbuatan, hingga semua masa hidupnya diwarnai keteladanan yang baik dan hakiki terhadap sunnah Rasul-Nya ini, yakni semenjak menjelang pagi sampai sore harinya.

Dzun Nun al-Mishri رحمه الله berkata: "Salah satu tanda kecintaan hamba kepada Allah ialah dengan *mutaba'ah* (mengikuti) kekasih-Nya dalam tiap akhlak, perbuatan, perintah, dan sunnahnya."

Al-Hasan al-Bashri berkata: "Tanda-tanda kecintaan mereka kepada Allah adalah dengan mengikuti sunnah Rasul-Nya, Muhammad."

Allah ﷻ berfirman:

﴿ قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ ٱللَّهَ فَٱتَّبِعُونِى يُحْبِبْكُمُ ٱللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَٱللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿٣١﴾ ﴾

"Katakanlah (Muhammad): 'Jika kamu mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mencintaimu dan mengampuni dosa-dosamu.' Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang." (QS. Ali 'Imran [3]: 31)

Sungguh, tinggi dan rendahnya kedudukan mukmin diukur dengan kekuatan *ittiba'* (mengikuti sunnah Rasul). Artinya, makin banyak sunnah yang ia jalankan maka semakin tinggi dan terhormat pula kedudukannya di sisi Allah, Rabb semesta alam.

Oleh karena itu, saya mengumpulkan pembahasan yang ringkas ini dalam rangka menghidupkan kembali sunnah-sunnah Rasullah ﷺ dalam praktik keseharian kaum muslimin, baik yang berkaitan dengan ibadahnya, tidurnya, makan dan minumnya, etika bergaul terhadap sesama, cara bersucinya, saat keluar-masuk rumah dan masjid, berpakaian, dan pada seluruh tingkah lakunya.

Renungkanlah uraian pada paragraf berikut!

Bagaimana seandainya salah seorang di antara kita mengalami musibah berupa kehilangan harta? Pasti dia akan begitu peduli, bersedih, serta bersungguh-sungguh mencarinya sampai mendapatkannya kembali.

Namun sayangnya, betapa banyak sunnah yang hilang dalam hidup kita tanpa pernah disadari dan dipedulikan. Apakah kita bersedih atasnya sampai berusaha sekuat tenaga mempraktikkannya dalam kehidupan nyata?

Sungguh, pengagungan terhadap materi melebihi pengagungan terhadap sunnah merupakan musibah yang melanda kehidupan manusia sekarang.

Jika dikatakan kepada seseorang: "Barang siapa yang menerapkan satu sunnah akan mendapatkan uang," maka tentu ia akan bersemangat mempraktikkannya dalam seluruh kehidupan sejak pagi hingga sore hari. Karena di balik itu ada keuntungan yang diperoleh, yaitu uang pada setiap sunnah yang dipraktikkan.

Padahal, harta tidaklah bermanfaat lagi ketika tubuh kita telah diletakkan dalam kuburan, di liangnya, dan saat tanah sudah ditaburkan dari atasnya.

Allah ﷻ berfirman:

﴿بَلْ تُؤْثِرُونَ ٱلْحَيَوٰةَ ٱلدُّنْيَا ﴿١٦﴾ وَٱلْءَاخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰٓ ﴿١٧﴾﴾

"Sedangkan kamu (orang-orang kafir) memilih kehidupan dunia, padahal kehidupan akhirat itu lebih baik dan lebih kekal." (QS. Al-A'lâ [87]: 16-17)

1. Pengertian Sunnah

Pengertian "sunnah" yang kami maksudkan dalam buku ini adalah perbuatan yang apabila dilakukan akan mendapat ganjaran atau pahala dan apabila ditinggalkan tidak mengakibatkan dosa. Lebih jauh, sunnah tersebut adalah yang berkali-kali dilakukan dalam sehari semalam, yang bisa kita amalkan atau kerjakan sesuai kemampuan masing-masing.

Saya menyimpulkan bahwasanya apabila seseorang bersungguh-sungguh dalam melakukan sunnah-sunnah harian, maka ternyata terdapat tidak kurang dari seribu sunnah yang ada di setiap aktivitas hidup orang itu. Dan, risalah ini semata-mata menjelaskan sarana yang akan memudahkan dalam pengamalan sunnah-sunnah keseharian yang jumlahnya lebih dari seribu.

Jika seorang muslim bersungguh-sungguh menerapkan seribu sunnah dalam sehari semalam, maka otomatis atau dalam hitungan matematis dia sudah menerapkan tiga puluh ribu sunnah dalam satu bulan.

Lantas, bayangkanlah nasib orang-orang jahil atau yang tidak mengetahui perihal sunnah Nabi ﷺ, termasuk orang yang mengetahui namun enggan atau tidak mau mengamalkannya!

Berapa banyak kedudukan di sisi Allah dan kebaikan yang hilang dari diri mereka?

Sungguh, mereka semua benar-benar masuk ke dalam golongan umat manusia yang merugi.

2. Faedah Menerapkan Sunnah

Di antara faedah atau manfaat yang dapat dipetik seseorang dalam menerapkan sunnah Rasul adalah:

a. Akan sampai kepada derajat *mahabbah* (kecintaan). Allah kepada para hamba-Nya yang mukmin.
b. Sebagai pelengkap atas kekurangan dari pelaksanaan ibadah yang wajib.
c. Mencegah agar tidak jatuh ke dalam bid'ah.
d. Sebagai bagian dari pengagungan syi'ar Islam.

Wahai kaum muslimin, hidupkanlah sunnah Nabi dalam realitas kehidupanmu sehari-hari!

Apabila bukan umat Islam, siapakah lagi yang akan menerapkan sunnah Nabi?

Sungguh, merealisasikan sunnah-sunnah yang asing tersebut dalam keseharian hidup merupakan tanda dari kecintaan yang sempurna, dan sebagai tanda *mutaba'ah* yang sebenarnya kepada Rasulullah ﷺ. ❑





Lebih dari

1000 Amalan Sunnah

dalam Sehari Semalam

Sunnah Ketika Bangun Tidur

1. Mengusap bekas tidur di wajah dengan tangan.

Menurut Imam an-Nawawi dan al-Hafizh Ibnu Hajar, hal ini dianjurkan berdasarkan hadits Nabi:

((فَاسْتَيْقَظَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ فَجَلَسَ يَمْسَحُ النَّوْمَ عَنْ وَجْهِهِ بِيَدِهِ.))

"Rasulullah ﷺ bangun tidur, kemudian beliau pun duduk sambil mengusap bekas tidur yang ada pada wajahnya dengan tangan."[1]

2. Berdoa ketika bangun tidur.

Anjuran ini berdasarkan hadits Nabi, bahwasanya beliau mengucapkan:

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِىْ أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُوْرُ

"Segala puji bagi Allah yang telah menghidupkan kami setelah Dia mewafatkan (menidurkan) kami, dan kepada-Nya kami dibangkitkan."[2]

---

1 HR. Muslim (no. 763).

2 HR. Al-Bukhari (no. 6312).

3. Bersiwak.

((كَانَ ﷺ إِذَا اسْتَيْقَظَ مِنَ اللَّيْلِ يَشُوْصُ فَاهُ بِالسِّوَاكِ.))

"Adalah Rasulullah ﷺ apabila bangun malam, beliau membersihkan mulut dengan bersiwak."[3]

4. Beristintsar.

Arti *intintsar* ialah mengeluarkan atau menyemburkan air dari dalam hidung sesudah menghirupnya. Bahwa Nabi pernah bersabda:

((إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ مَنَامِهِ فَلْيَسْتَنْثِرْ ثَلَاثًا فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَبِيْتُ عَلَى خَيْشُوْمِهِ.))

"Apabila seorang di antara kalian bangun tidur, maka ber-*istintsar*-lah tiga kali, karena sesungguhnya syaitan bermalam di ujung (rongga) hidungnya."[4]

5. Mencuci kedua tangan tiga kali.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ فَلَا يَغْمِسْ يَدَهُ فِيْ الْإِنَاءِ حَتَّى يَغْسِلَهَا ثَلَاثًا.))

"Apabila salah seorang di antara kalian bangun dari tidur, maka hendaklah ia tidak memasukkan tangan ke dalam bejana sebelum mencucinya tiga kali."[5]

---

[3] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 245) dan Muslim (no. 255).
[4] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no 3295) dan Muslim (no. 238).
[5] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 162) dan Muslim (no. 278).

Sunnah Keluar Dan Masuk Kamar Mandi

Sunnah-sunnah yang berkaitan dengan keluar dan masuk kamar mandi adalah sebagaimana diuraikan pada poin-poin di bawah ini:

1. **Masuk dengan kaki kiri dan keluar dengan kaki kanan.**

2. **Berdoa ketika masuk kamar mandi.**

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari godaan syaitan laki-laki dan syaitan perempuan."[6]

3. **Berdoa ketika keluar dari kamar mandi.**

غُفْرَانَكَ

"Aku memohon ampun kepada-Mu."[7]

Masuk dan keluar kamar mandi termasuk rutinitas manusia yang terjadi berkali-kali dalam kehidupannya, sehari semalam.

---

[6] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 142, 6322) dan Muslim (no. 375).
[7] Hadits ini diriwayatkan oleh seluruh penyusun kitab *Sunan*, kecuali an-Nasai.

Jika setiap kali keluar atau masuk dari kamar mandi seorang muslim mengamalkan sunnah-sunnah tersebut, berarti ia telah melaksanakan dua sunnah ketika masuk (yakni mendahulukan kaki kiri dan berdoa) berikut dua sunnah lainnya ketika keluar (yakni mendahulukan kaki kanan dan berdoa).

Makna الْخُبُثُ وَالْخَبَائِثُ yaitu syaitan dari jenis laki-laki dan wanita. Berlindunglah kepada Allah dari kejahatan syaitan, karena kamar mandi itu tempat tinggal mereka.



Sunnah Dalam Wudhu

1. **Mengucapkan: بِسْمِ اللهِ , yang artinya "Dengan menyebut nama Allah."**

2. **Membasuh kedua telapak tangan sebanyak tiga kali.**

3. **Mendahulukan *madhmadhah* (berkumur-kumur) dan *kstinsyaq*[8] sebelum membasuh muka.**

4. **Setelah *istinsyaq* lalu melakukan *istintsar*[9] dengan tangan kiri.**

Berdasarkan hadits:

((... فَغَسَلَ كَفَّيْهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، ثُمَّ تَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَقَ وَاسْتَنْثَرَ ثُمَّ غَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ....))

"... Lalu Nabi mencuci kedua telapak tangan tiga kali kemudian berkumur-kumur dan *istinsyaq*, lalu *istintsar*, lalu membasuh wajahnya tiga kali ...."[10]

---

8 Yaitu memasukkan air ke dalam rongga hidung, lantas menghirupnya dengan sekali napas sampai rongga hidung yang paling ujung.-ed

9 Yaitu mengeluarkan air dari hidung setelah istinsyaq.-ed

10 *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 159) dan Muslim (no. 226).

5. **Bersungguh-sungguh dalam berkumur-kumur serta *istinsyaq*, kecuali bagi orang yang sedang berpuasa.**

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits:

((... وَبَالِغْ فِي الْمَضْمَضَةِ وَالاِسْتِنْشَاقِ إِلَّا أَنْ تَكُوْنَ صَائِمًا.))

"... Bersungguh-sungguhlah dalam berkumur-kumur dan *istinsyaq*, kecuali kalau kamu sedang berpuasa."[11]

Makna bersungguh-sungguh dalam berkumur-kumur ketika berwudhu adalah menggerakkan air ke seluruh bagian atau rongga mulut.

Adapun makna bersungguh-sungguh dalam *istinsyaq* adalah menghirup air sampai ke ujung atau bagian hidung yang paling dalam.

6. **Menyatukan antara berkumur-kumur dan *istinsyaq* dengan sekali cidukan tangan kanan, tanpa pemisahan.**

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits:

((ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَتَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَقَ مِنْ كَفٍّ وَاحِدَةٍ.))

"Lalu Nabi memasukkan tangannya (ke dalam bejana), lantas ia berkumur dan ber-*istinsyaq* dari satu cidukan telapak tangan."[12]

---

[11] HR. Abu Dawud (no. 142), at-Tirmidzi (no. 788), an-Nasai (no. 87), dan juga Ibnu Majah (no. 407).

[12] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 191) dan Muslim (no. 235).

7. Bersiwak.

Waktu untuk bersiwak yang sesuai dengan sunnah ialah ketika akan berkumur-kumur.

Anjuran bersiwak tersebut didasarkan pada hadits Rasulullah ﷺ:

((لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ مَعَ كُلِّ وُضُوْءٍ.))

"Kalaulah tidak khawatir akan memberatkan umatku, niscaya aku akan memerintahkan mereka untuk bersiwak setiap kali berwudhu!"[13]

8. Menyela-nyela jenggot ketika membasuh muka.

Dasar anjuran ini berdasarkan riwayat atau hadits Rasulullah berikut:

((أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ يُخَلِّلُ لِحْيَتَهُ.))

"Nabi ﷺ menyela-nyela jenggotnya."[14]

9. Mengusap kepala.

Cara mengusap kepala yaitu memulai dari bagian depan kepala kemudian menggerakkan kedua tangan hingga ke belakang (tengkuk) kemudian mengembalikan ke tempat semula.

Adapun yang wajib adalah membasuh seluruh bagian kepala dengan cara apa pun juga.

---

[13] HR. Ahmad (IV/116) dan an-Nasai.

[14] HR. At-Tirmidzi (no. 31).

Hal ini berdasarkan hadits Nabi kita:

((... وَمَسَحَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ بِرَأْسِهِ فَأَقْبَلَ بِيَدَيْهِ وَأَدْبَرَ....))

"... Kemudian Rasulullah ﷺ mengusap kepalanya, lalu beliau menjalankan kedua tangannya ke belakang dan mengembalikannya..."[15]

10. Menyela-nyela jari-jari kedua tangan dan kaki.

Berdasarkan hadits:

((أَسْبِغِ الْوُضُوءَ وَخَلِّلْ بَيْنَ الْأَصَابِعِ ....))

"Sempurnakanlah wudhu dan basuhlah sela-sela jemari [16]

11. *At-Tayammun* atau memulai dari sebelah kanan.

At-Tayammun dalam wudhu artinya mendahulukan membasuh anggota tangan dan kaki yang sebelah kanan kemudian baru anggota tubuh yang sebelah kiri.

Rasulullah bersabda:

((كَانَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ يُعْجِبُهُ التَّيَمُّنُ فِيْ تَنَعُّلِهِ وَتَرَجُّلِهِ وَطُهُوْرِهِ وَفِيْ شَأْنِهِ كُلِّهِ.))

"Adalah Rasulullah ﷺ menyukai untuk mendahulukan yang kanan ketika memakai sandalnya, menyisir, bersuci dan dalam semua urusannya."[17]

---

15 *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 185) dan Muslim (no. 235).

16 HR. Abu Dawud (no. 142), at-Tirmidzi (no. 788), an-Nasai (no. 114), dan juga Ibnu Majah (no. 448).

17 *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 168) dan Muslim (no. 268).

12. Menambah bilangan basuhan dari satu kali menjadi tiga kali.

Tambahan tersebut berlaku dalam membasuh muka, kedua tangan, dan kedua kaki.

13. Mengucapkan dua kalimat syahadat setelah selesai dari berwudhu.

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُوْلُهُ

"Aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak untuk diibadahi selain Allah, tidak ada sekutu bagi-Nya, dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba-Nya dan utusan-Nya."

Manfaat ucapan ini disebutkan pada sebuah riwayat: "... Niscaya akan dibukakan baginya delapan pintu Surga, dan ia bisa masuk dari pintu mana saja yang ia sukai."[18]

14. Berwudhu di rumah.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((مَنْ تَطَهَّرَ فِيْ بَيْتِهِ، ثُمَّ مَشَى إِلَى بَيْتٍ مِنْ بُيُوْتِ اللهِ، لِيَقْضِيَ فَرِيْضَةً مِنْ فَرَائِضِ اللهِ، كَانَتْ خَطْوَتَاهُ إِحْدَاهُمَا تَحُطُّ خَطِيْئَةً، وَالْأُخْرَى تَرْفَعُ دَرَجَةً.))

---

[18] HR. Muslim (no. 234).

"Barang siapa yang berwudhu di rumahnya, kemudian berjalan ke masjid untuk melaksanakan kewajiban Allah (shalat), maka langkah kaki yang satu menghapuskan dosa dan langkah yang lain mengangkat derajat."[19]

15. *Ad-Dalk.*

Maksudnya ialah menggosokkan telapak tangan pada anggota wudhu bersama air atau setelahnya.

16. Berhemat dalam menggunakan air.

Berdasarkan hadits:

((كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَتَوَضَّأُ بِالْمُدِّ.))

"Nabi ﷺ berwudhu dengan satu mud[20]."[21]

17. Melewati batasan yang diwajibkan dalam membasuh empat anggota wudhu, yaitu kedua tangan dan kaki.

Dalam sebuah riwayat disebutkan: " ... Ketika Abu Hurairah رضي الله عنه berwudhu, ia membasuh tangan hingga mengenai bagian lengan atasnya, dan membasuh kakinya sampai betis."

Kemudian Abu Hurairah berkata "Demikianlah aku pernah melihat Rasulullah berwudhu.'"[22]

---

[19] HR. Muslim (no. 666).

[20] Mud adalah ukuran 1 1/3 liter, dinamakan demikian karena air yang diambil sepenuh kedua telapak tangan manusia.-ed

[21] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari dan Muslim (no. 326).

[22] HR. Muslim (no. 246).

18. Shalat dua rakaat setelah wudhu.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((مَنْ تَوَضَّأَ نَحْوَ وُضُوْئِيْ هٰذَا ثُمَّ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ لَا يُحَدِّثُ فِيْهِمَا نَفْسَهُ غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ.))

"Barang siapa berwudhu seperti wudhuku ini, kemudian ia mengerjakan shalat dua rakaat yang pada keduanya ia tidak berbicara dengan dirinya sendiri, maka akan diampuni dosanya yang telah lalu."[23]

Dalam riwayat Muslim, ada tambahan pada hadits Uqbah bin Amir: "... melainkan pasti orang tersebut akan mendapatkan Surga."

19. Menyempurnakan wudhu.

Maksudnya, memberikan hak kepada setiap anggota wudhu dengan membasuh semuanya secara sempurna dan menyeluruh.

Seorang muslim dalam kesehariannya berwudhu berkali-kali, paling tidak lima kali, dan yang lainnya terkadang lebih dari lima kali ketika hendak melakukan shalat-shalat sunnah seperti shalat Dhuha atau *qiyamul lail* (shalat malam).

Apabila setiap kali berwudhu seorang muslim dapat mengamalkan sunnah-sunnah tersebut, tentu ia akan mendapatkan pahala yang sangat banyak.

---

[23] HR. Al-Bukhari (no. 159) dan Muslim (no. 226).

Faedah Mengikuti Sunnah Berwudhu

Hal tersebut tercantum pada sabda Rasulullah ﷺ:

((مَنْ تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ الْوُضُوْءَ خَرَجَتْ خَطَايَاهُ مِنْ جَسَدِهِ حَتَّى تَخْرُجَ مِنْ تَحْتِ أَظْفَارِهِ.))

"Barang siapa berwudhu, lalu ia sempurnakan wudhunya, niscaya akan keluar dosa-dosanya dari tubuhnya, sampai keluar (dosa-dosa itu) dari bawah kuku-kuku jarinya."[24]

Dan sabda Rasulullah ﷺ:

((مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ يَتَوَضَّأُ فَيُحْسِنُ الْوُضُوْءَ ثُمَّ يَقُوْمُ فَيَرْكَعُ رَكْعَتَيْنِ يُقْبِلُ بِقَلْبِهِ وَوَجْهِهِ إِلَّا وَجَبَتْ لَهُ الْجَنَّةُ وَغُفِرَ لَهُ.))

"Barang siapa di antara kalian berwudhu kemudian membaguskan wudhunya lalu ia bangkit untuk shalat dua rakaat dengan hati yang khusyu dan wajah yang *khudu'* (tunduk), maka pasti ia akan mendapat Surga dan dosa-dosanya diampuni."[25]

Imam an-Nawawi رحمه الله menyatakan: "Sesungguhnya derajat yang didapatkan oleh orang yang membaguskan wudhunya adalah, ia mampu berjuang membela dirinya dari kejahatan-kejahatan syaitan dan menghilangkannya dari dirinya, serta menjaga dirinya agar tidak diganggu oleh syaitan walau hanya sekejap mata pun. Dia selamat dari syaitan dengan perjuangannya (untuk melakukan sunnah wudhu) dan ia mendapatkan kelapangan hati."

---

[24] HR. Muslim (no. 245).

Siwak

Dianjurkan kepada setiap muslim supaya bersiwak di berbagai waktu dalam kesehariannya.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ.))

"Kalaulah tidak khawatir akan memberatkan umatku, sungguh aku akan memerintahkan mereka bersiwak setiap kali berwudhu!"[25]

Jika dihitung, dalam kesehariannya seorang muslim bersiwak tidak kurang dari 20 kali. Rinciannya yaitu pada shalat lima waktu, dua belas shalat sunnah Rawatib, shalat Dhuha, shalat Witir, dan saat akan masuk rumah.

Bersiwak adalah hal yang pertama kali dilakukan oleh Rasulullah ﷺ ketika akan masuk rumah, seperti yang diriwayatkan oleh Aisyah رضي الله عنها dalam *Shahîh Muslim*.

Oleh karena itu, setiap Anda memasuki rumah, maka mulailah dengan bersiwak, karena hal tersebut termasuk mengikuti sunnah, demikian juga ketika akan membaca al-Qur-an, ketika bau mulut mulai berubah, saat bangun dari tidur, dan sewaktu berwudhu.

[25] HR. Al-Bukhari (no. 887) dan Muslim (no. 252).

Rasulullah ﷺ bersabda:

((السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ.))

"Siwak itu membersihkan mulut dan diridhai Allah."[26]

Faedah Bersiwak

a. Mendapatkan ridha dari Allah.

b. Membersihkan mulut.

Berdasar penelitian kesehatan modern tentang siwak, diketahui bahwa siwak mengandung banyak sekali materi yang bermanfaat bagi gigi dan gusi, antara lain:

1) Materi yang membasmi kuman.
2) Materi yang membersihkan gigi dan gusi.
3) Materi yang dapat menjaga kebersihan gigi.
4) Materi yang wangi dan dapat menghilangkan bau mulut yang tidak sedap.



[26] HR. Ahmad (VI/47, 62, 124, 238).

Sunnah Dalam Memakai Sandal Atau Sepatu

Sabda Rasulullah ﷺ berikut menerangkan kepada kita perihal bagaimana memakai alas kaki, baik sandal maupun sepatu, menurut hukum syariat Islam:

((إِذَا انْتَعَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَبْدَأْ بِالْيُمْنَى وَإِذَا خَلَعَ فَلْيَبْدَأْ بِالشِّمَالِ، وَلْيُنْعِلْهُمَا جَمِيْعًا أَوْ لِيَخْلَعْهُمَا جَمِيْعًا.))

"Apabila seseorang di antara kalian memakai alas kaki (sandal atau sepatu), maka mulailah dengan yang kanan. Adapun apabila ia hendak melepasnya, maka mulailah dengan yang kiri. Dan pakailah kedua-duanya sekaligus, atau lepaskanlah ia."[27]

Sunnah-sunnah tersebut diamalkan seorang muslim berkali-kali dalam sehari semalam. Misalnya, ia memakai alas kakinya sebelum masuk dan setelah keluar masjid, ketika masuk dan keluar kamar mandi, dan ketika pergi ke tempat kerja di luar rumah. Sehingga dapat dikatakan bahwa memakai alas kaki adalah rutinitas yang terjadi berkali-kali dalam keseharian seorang muslim, seperti halnya manusia yang lain.

---

27 HR. Muslim (no. 2097).

Dengan demikian, apabila memakai dan melepaskan alas kaki ini bisa diamalkan dengan niat untuk mengikuti sunnah Nabi, tentu seorang muslim akan mendapatkan pahala yang sangat banyak.

Dan dengan mempraktikkan ini, seluruh aktivitas keseharian seorang hamba akan selalu didasarkan pada bimbingan sunnah.



Sunnah Dalam Berpakaian

Salah satu aktivitas yang rutin dilakukan banyak orang dalam kesehariannya adalah melepas dan memakai pakaian baik untuk dicuci, dipakai tidur, atau yang lainnya.

Berikut beberapa sunnah Nabi yang berkaitan dengan melepaskan serta mengenakan pakaian, maka hendaklah kita berusaha untuk mempraktikkan semuanya dalam kehidupan sehari-hari.

1. Membaca Basmalah.

Basmalah ini diucapkan baik ketika melepas maupun memakai pakaian.

Imam an-Nawawi berkata: "Mengucapkan *bismillâh* adalah sangat dianjurkan dalam seluruh perbuatan."

2. Berdoa ketika memakai pakaian.

Dalam sebuah hadits disebutkan: "Apabila Rasulullah hendak memakai pakaian: gamis, jubah, ataupun sorban, beliau selalu berdoa:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِهِ وَخَيْرِ مَاصُنِعَ لَهُ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَاصُنِعَ لَهُ

'Ya Allah, aku mohon kepada-Mu untuk memperoleh kebaikannya dan kebaikan dari tujuan pakaian ini dibuat. Dan aku berlindung kepada-Mu dari keburukannya dan keburukan tujuan pakaian ini dibuat.'"[28]

3. Memakai pakaian dari bagian sebelah kanan.

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

((إِذَا لَبِسْتُمْ فَابْدَؤُوْا بِأَيْمَانِكُمْ.))

"Apabila kalian hendak memakai pakaian, maka mulailah dengan yang sebelah kanan."[29]

4. Melepaskan pakaian atau celana dari sebelah kiri.



[28] HR. Abu Dawud (no. 4020), at-Tirmidzi (no. 1768), dan Ahmad. Dishahihkan oleh Ibnu Hibban dan al-Hakim (IV/142), dan disepakati oleh adz-Dzahabi. Al-Hakim berkata: "Riwayat ini sesuai dengan syarat Muslim."

[29] HR. Abu Dawud (no. 4141), at-Tirmidzi (no 1766), dan Ibnu Majah.

Sunnah Keluar Dan Masuk Rumah

Imam an-Nawawi ﷫ berkata: "Dianjurkan membaca basmalah, memperbanyak dzikir kepada Allah, dan agar sering memberi salam."

1. Berdzikir kepada Allah.

Dzikir kepada Allah saat masuk rumah berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ فَذَكَرَ اللهَ عِنْدَ دُخُوْلِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَبِيْتَ لَكُمْ وَلَا عَشَاءَ.))

"Apabila seseorang memasuki rumahnya, dan ia berdzikir kepada Allah ketika akan masuk dan ketika akan makan, maka syaitan lantas berkata (kepada kawan-kawannya): 'Tidak ada tempat untuk menginap dan makan malam bagi kalian.'"[30]

2. Berdoa ketika masuk rumah.

Kita, kaum muslimin, diperintahkan supaya berdoa setiap kali masuk rumah, sekembalinya dari luar rumah.

[30] HR. Muslim (no. 2018).

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

((اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلَجِ وَخَيْرَ الْمَخْرَجِ بِسْمِ اللهِ وَلَجْنَا وَبِسْمِ اللهِ خَرَجْنَا وَعَلَى اللهِ رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا.))

"Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu kebaikan ketika masuk dan kebaikan ketika keluar. Dengan menyebut nama Allah kami masuk dan kami keluar. Dan hanya kepada Allahlah, Rabb kami, kami bertawakal."

Kemudian, dia dianjurkan supaya memberi salam kepada anggota keluarganya yang pada waktu itu sedang berada di dalam rumah.[31]

Dengan doa tersebut seseorang akan bisa merasakan tawakalnya kepada Allah saat masuk dan keluar rumah. Dan ini akan melahirkan hubungan yang terus-menerus antara hamba dengan Rabbnya ﷻ.

3. Bersiwak.

Anjuran supaya umat Islam melakukan amalan ini berdasarkan hadits:

((كَانَ ﷺ إِذَا دَخَلَ بَيْتَهُ بَدَأَ بِالسِّوَاكِ.))

"Rasulullah ﷺ apabila masuk ke rumahnya, beliau pun memulai dengan bersiwak."[32]

---

[31] HR. Abu Dawud (no. 5096).

[32] HR. Muslim (no. 253).

4. Mengucapkan salam.

Berdasarkan firman Allah ﷻ:

﴿... فَإِذَا دَخَلْتُم بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِندِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً .... ﴿٦١﴾﴾

"... Apabila kamu memasuki rumah-rumah hendaklah kamu memberi salam (kepada penghuninya, yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri, dengan salam yang penuh berkah dan baik dari sisi Allah ...." (QS. An-Nûr [24]: 61)

Jika sebelum memasuki rumahnya—setiap kali selesai mengerjakan shalat fardhu di masjid—seorang muslim mengamalkan sunnah-sunnah tersebut, maka dalam sehari semalam jumlah keseluruhan sunnah tersebut tidak kurang dari 20 sunnah.

Sedangkan ketika hendak keluar dari rumah, disunnahkan membaca:

بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ

"Dengan menyebut nama Allah, aku bertawakal kepada Allah, tidak ada daya dan kekuatan melainkan dengan pertolongan Allah."

Apabila seorang muslim membaca doa tersebut maka akan dikatakan kepadanya: "Engkau telah dicukupi, dipelihara, dan diberi petunjuk, kemudian syaitan pun menjauhinya."[33]

---

[33] HR. Abu Dawud (no. 5095) dan at-Tirmidzi (no. 3426).

Apabila dicermati maka seorang muslim itu dalam kesehariannya berkali-kali keluar dari rumahnya, seperti keluar untuk shalat di masjid, atau keluar untuk bekerja dan memenuhi kebutuhan rumah tangga serta anggota keluarganya.

Maka itu hendaklah seorang muslim mengamalkan sunnah-sunnah yang diuraikan di sini setiap kali hendak keluar rumah, agar ia akan mendapatkan kebaikan dan pahala yang besar.

Faedah Mengikuti Sunnah Keluar Rumah

Beberapa faedah yang dapat dipetik dari upaya hamba dalam mengikuti sunnah Nabi yang berkaitan dengan keluar rumah adalah:

1) Semua urusan dunia dan akhirat hamba tersebut akan dicukupi oleh Allah.
2) Mendapatkan perlindungan dari setiap kejahatan dan setiap yang dibenci, baik yang datang atau berasal dari jin maupun manusia.
3) Seorang hamba akan mendapatkan hidayah-Nya, dan hidayah atau petunjuk ilahi itu sendiri adalah lawan dari kesesatan.

Semoga Allah ﷻ senantiasa memberikan petunjuk kepadamu di seluruh aktivitas atau amal keseharianmu, baik yang berkaitan dengan agama maupun yang berkaitan dengan dunia.

Sunnah Ketika Pergi Ke Mesjid

1. Bersegera menuju masjid.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي النِّدَاءِ وَالصَّفِّ الأَوَّلِ ثُمَّ لَمْ يَجِدُوْا إِلَّا أَنْ يَسْتَهِمُوْا عَلَيْهِ لَاسْتَهَمُوْا عَلَيْهِ، وَلَوْ يَعْلَمُوْنَ مَا فِي التَّهْجِيْرِ لَاسْتَبَقُوْا إِلَيْهِ، وَلَوْ يَعْلَمُوْنَ مَا فِي الْعَتَمَةِ وَالصُّبْحِ لَأَتَوْهُمَا وَلَوْ حَبْوًا.))

"Seandainya manusia mengetahui keutamaan panggilan azan dan shaf pertama, kemudian tidaklah mereka bisa mendapatinya kecuali dengan berundi, pastilah mereka berundi. Dan seandainya mereka mengetahui keutamaan bersegera menuju masjid, niscaya mereka akan berlomba. Dan seandainya mereka mengetahui keutamaan shalat Isya dan Shubuh (dengan berjamaah), niscaya mereka akan datang walaupun dengan merangkak."[34]

Imam an-Nawawi berkata: "*At-Tahjîr* ialah bersegera menuju shalat."

---

[34] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 615) dan Muslim (no. 437).

2. Berdoa ketika menuju masjid.

اَللّٰهُمَّ اجْعَلْ فِيْ قَلْبِيْ نُوْرًا وَفِيْ لِسَانِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ فِيْ سَمْعِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ فِيْ بَصَرِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ مِنْ خَلْفِيْ نُوْرًا، وَمِنْ أَمَامِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ مِنْ فَوْقِيْ نُوْرًا وَمِنْ تَحْتِيْ نُوْرًا، اَللّٰهُمَّ أَعْطِنِيْ نُوْرًا

"Ya Allah, jadikanlah cahaya dalam hatiku, lidahku, pendengaranku, dan penglihatanku. Jadikanlah cahaya berada di belakangku, di hadapanku, di atasku, serta di bawahku. Ya Allah, berikanlah aku cahaya."[35]

3. Berjalan menuju masjid dengan tenang secara secara perlahan-lahan.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((إِذَا سَمِعْتُمُ الإِقَامَةَ فَامْشُوْا إِلَى الصَّلَاةِ وَعَلَيْكُمْ بِالسَّكِيْنَةِ وَالْوَقَارِ.))

"Jika kalian telah mendengar kumandang iqamat, maka berjalanlah ke masjid (untuk shalat) dengan tenang dan perlahan-lahan."[36]

Kata السَّكِيْنَةُ maksudya perlahan dalam berjalan dan menjauhkan diri dari bersenda-gurau. Sedangkan الْوَقَارُ artinya menundukkan pandangan, merendahkan suara, dan tidak menoleh ke sana kemari.

---

35 HR. Muslim (no. 763).

36 HR. Al-Bukhari (no. 636, 908) dan Muslim (no. 944).

4. Menuju masjid dengan berjalan kaki.

Para ulama menjelaskan bahwasanya disunnahkan memperpendek langkah serta tidak tergesa-gesa tatkala seseorang berjalan kaki menuju ke masjid.

Tujuannya yaitu agar kebaikan yang diperoleh pelaku amalan sunnah ini semakin banyak.

Keterangan ini berdasarkan nash-nash syar'i yang menunjukkan keutamaan memperbanyak langkah saat pergi ke masjid.

Di antaranya sabda Rasulullah ﷺ:

((أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَمْحُو اللهُ بِهِ الْخَطَايَا وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ؟

قَالُوْا: بَلَى يَا رَسُوْلَ اللهِ، وَذَكَرَ مِنْهَا: ... كَثْرَةُ الْخُطَا إِلَى الْمَسَاجِدِ...))

"'Maukah kalian aku tunjukkan suatu perbuatan yang menyebabkan Allah menghapuskan dosa dan mengangkat derajat kalian.' Mereka berkata: 'Ya, wahai Rasulullah.' Kemudian Rasulullah menyebutkan salah satunya adalah memperbanyak langkah menuju masjid ...."[37]

5. Berdoa ketika masuk masjid.

Doa masuk masjid, yang sesuai dengan dalil syariat, yaitu dengan lafazh:

اَللّٰهُمَّ افْتَحْ لِيْ أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

"Ya Allah, bukalah pintu rahmat-Mu untukku."

---

[37] HR. Muslim (no. 251).

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits Rasulullah:

((إِذَا دَخَلَ أَحَدُكُمُ الْمَسْجِدَ فَلْيُسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ وَلْيَقُلْ: اَللّٰهُمَّ افْتَحْ لِيْ أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ.))

"Apabila di antara kalian ada yang masuk masjid, maka hendaklah ia bershalawat kepada Nabi ﷺ, kemudian ucapkanlah doa: 'Ya Allah, bukalah pintu rahmat-Mu untukku.'"[38]

6. Mendahulukan kaki kanan saat masuk masjid.

Berdasarkan perkataan Anas bin Malik رضي الله عنه :

((مِنَ السُّنَّةِ إِذَا دَخَلْتَ الْمَسْجِدَ أَنْ تَبْدَأَ بِرِجْلِكَ الْيُمْنَى وَإِذَا خَرَجْتَ أَنْ تَبْدَأَ بِرِجْلِكَ الْيُسْرَى.))

"Termasuk sunnah, apabila engkau masuk ke masjid, dahulukan kaki kananmu; sedangkan apabila engkau keluar dari masjid, dahulukan kaki kirimu."[39]

7. Memprioritaskan menempati shaf pertama.

((لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَافِي النِّدَاءِ وَالصَّفِّ الأَوَّلِ ثُمَّ لَمْ يَجِدُوْا إِلَّا أَنْ يَسْتَهِمُوْا عَلَيْهِ لَاسْتَهَمُوْا عَلَيْهِ، وَلَوْ يَعْلَمُوْنَ مَا فِي التَّهْجِيْرِ لَاسْتَبَقُوْا إِلَيْهِ.))

38 HR. An-Nasai, Ibnu Khuzaimah, Ibnu Hibban, dan Ibnu Majah (no. 772).

39 HR. Al-Hakim (I/475). Al-Hakim berkata: "Hadits shahih, berdasarkan syarat Muslim." Dan, disepakati oleh adz-Dzahabi.

"Seandainya umat manusia mengetahui keutamaan dari panggilan azan dan shaf pertama, kemudian tidaklah mereka bisa mendapatinya kecuali dengan cara berundi, pastilah mereka akan berundi. Dan seandainya mereka mengetahui keutamaan bersegera menuju masjid, niscaya mereka akan berlomba."[41]

8. Berdoa ketika keluar masjid.

Jika keluar dari masjid, hendaklah mengucapkan:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

"Ya Allah, sesungguhnya aku mohon karunia-Mu."[42]

Dalam riwayat an-Nasai disebutkan agar bershalawat kepada Nabi ﷺ di samping membaca doa tersebut.

9. Mendahulukan kaki kiri saat keluar masjid.

Hal ini berdasarkan perkataan Sahabat Anas bin Malik yang lalu tentang keutamaan mendahulukan kaki kanan ketika masuk masjid

10. Shalat Tahiyatul Masjid.

Sabda Nabi ﷺ:

((إِذَا دَخَلَ أَحَدُكُمُ الْمَسْجِدَ فَلَا يَجْلِسْ حَتَّى يُصَلِّيَ رَكْعَتَيْنِ.))

"Apabila salah seorang di antara kalian masuk masjid, janganlah ia duduk sehingga ia shalat dua rakaat."[42]

---

40 HR. Al-Bukhari (no. 615) dan Muslim (no. 437).
41 HR. Muslim (no. 713).
42 *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 444) dan Muslim (no. 714).

Imam asy-Syafi'i berkata: "Shalat Tahiyatul Masjid disyariatkan, meskipun pada waktu yang dilarang."[43]

Ibnu Hajar berkata: "Hukum shalat Tahiyatul Masjid adalah sunnah menurut ijma dari ahli fatwa (ulama)."

Praktik sunnah-sunnah tersebut terjadi berkali-kali, yang dilakukan oleh seorang muslim ketika ia hendak berpergian menuju masjid untuk melaksanakan shalat lima waktu. Apabila dikumpulkan, maka akan didapati sebanyak 50 sunnah.



[43] Waktu yang terlarang untuk melakukan shalat sunnah ada tiga, yaitu ketika matahari sedang terbit hingga meninggi, ketika matahari tepat di atas kepala hingga condong, dan ketika matahari mulai tenggelam sampai benar-benar tenggelam.[-ed].

Sunnah Dalam Adzan

Sunnah-sunnah yang berkaitan dengan azan ada lima, seperti yang disebutkan oleh Ibnul Qayyim dalam kitab *Zâdul Ma'âd*.

Kelima sunnah tersebut ditujukan bagi orang yang mendengar azan, sebagai berikut:

1. **Mengucapkan seperti yang diucapkan muazin.**

Bagi orang yang mendengar azan disunnahkan agar mengucapkan seperti apa yang diucapkan oleh muazin, kecuali dalam lafazh:

حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ، حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ

Ketika mendengar lafazh yang dikecualikan tersebut, maka setiap muslim yang mendengarnya mengucapkan lafazh ini:

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ

"Tidak ada daya maupun kekuatan melainkan dengan pertolongan Allah."[44]

---

[44] HR. Al-Bukhari dan Muslim (no. 385).

Faedah Berucap seperti Ucapan Muazin

Sesungguhnya sunnah tersebut, yaitu menjawab azan, akan menjadi salah satu penyebab engkau masuk Surga. Demikianlah seperti dalil yang tercantum dalam kitab *Shahîh Muslim* (no. 385).

2. **Mengucapkan persetujuan atas kesaksian muazin dalam kumandang azannya, serta mengungkap keridhaan terhadap agama dan Nabi-Nya.**

Setelah muazin selesai mengumandangkan azan, maka yang mendengarnya mengucapkan:

وَأَنَا أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُوْلُ اللهِ، رَضِيْتُ بِاللهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِيْنًا، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُوْلًا

"Dan aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi melainkan Allah, tidak ada sekutu bagi-Nya, dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan Rasul-Nya. Aku ridha kepada Allah sebagai Rabb, Islam sebagai agamaku dan aku ridha atas Muhammad sebagai Rasulku."[45]

Faedah Mengucapkan Syahadat setelah Azan

Dosa-dosa akan diampuni sebagaimana yang terkandung dalam makna hadits itu sendiri.

3. Bershalawat[46] kepada Rasulullah.

Yaitu setelah selesai menjawab azan dari muazin dan menyempurnakan shalawatnya dengan mengucapkan shalawat Ibrahimiyah.

Ketahuilah, tidaklah ada shalawat yang lebih lengkap daripada shalawat tersebut.

Dalilnya adalah sabda Rasulullah ﷺ:

((إِذَا سَمِعْتُمُ الْمُؤَذِّنَ فَقُوْلُوْا مِثْلَ مَا يَقُوْلُ ثُمَّ صَلُّوْا عَلَيَّ فَإِنَّهُ مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرًا.))

"Apabila kalian mendengar muazin, maka ucapkanlah seperti apa yang diucapkannya lantas bershalawatlah untukku. Karena sesungguhnya seorang muslim yang bershalawat untukku satu kali, maka Allah bershalawat untuknya sepuluh kali."[47]

Faedah Bershalawat kepada Rasulullah seusai Mendengarkan Azan

Sesungguhnya Allah ﷻ bershalawat untuk hamba-Nya sebanyak 10 kali. Makna bahwasanya Allah bershalawat atas atau untuk hamba-Nya adalah Allah memuji hamba di hadapan para Malaikat.

---

45 HR. Muslim (I/240, no. 386).

46 Shalawat yang disunnahkan untuk dibaca setiap individu adalah dengan perlahan, tidak memakai pengeras suara dan tidak dinyanyikan.-ed

47 HR. Muslim (I/288, no. 384).

Sedangkan lafazh shalawat Ibrahimiyah adalah:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيْمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيْمَ إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَجِيْدٌ، اَللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيْمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيْمَ إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَجِيْدٌ

"Ya Allah, berikanlah shalawat kepada Muhammad dan keluarga Muhammad, sebagaimana Engkau telah memberikan shalawat kepada Ibrahim dan keluarga Ibrahim. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji lagi Mahamulia. Berikanlah berkah kepada Muhammad dan keluarga Muhammad, sebagaimana Engkau telah memberi berkah kepada Ibrahim dan keluarga Ibrahim. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji lagi Mahamulia."[48]

4. Berdoa setelah bershalawat kepada Nabi.

اَللّٰهُمَّ رَبَّ هٰذِهِ الدَّعْوَةِ التَّامَّةِ، وَالصَّلَاةِ الْقَائِمَةِ، آتِ مُحَمَّدًا الْوَسِيْلَةَ وَالْفَضِيْلَةَ، وَابْعَثْهُ مَقَامًا مَحْمُوْدًا الَّذِيْ وَعَدْتَه

"Ya Allah, Rabb Pemilik panggilan sempurna (azan) ini dan shalat wajib yang didirikan. Berilah *al-wasîlah* (derajat di Surga), dan *al-fadhîlah* (keutamaan) kepada Muhammad. Dan, bangkitkan beliau ﷺ sehingga dapat menempati kedudukan yang terpuji sesuai yang Engkau janjikan."[49]

---

[48] HR. Al-Bukhari (VI/408, IV/118, VI/27).

[49] HR. Al-Bukhari (no. 614).

Faedah Doa setelah Bershalawat seusai Azan

Barang siapa yang mengucapkan doa ini maka dia akan memperoleh syafaat dari Nabi Muhammad ﷺ.

5. **Berdoa untuk hajat diri sendiri, dan meminta karunia Allah, karena Dia pasti mengabulkan permintaan tersebut.**

Berdasarkan sabda Rasulullah ﷺ.

((قُلْ كَمَا يَقُوْلُوْنَ—يَعْنِي الْمُؤَذِّنِيْنَ—فَإِذَا انْتَهَيْتَ فَسَلْ تُعْطَهُ.))

"Ucapkanlah seperti yang mereka (para muazin) ucapkan. Lantas jika engkau telah selesai, mohonlah kepada-Nya, niscaya permohonanmu akan diberikan."[50]

Apabila amalan-amalan sunnah ketika mendengar azan tersebut dikumpulkan, maka seorang muslim telah melaksanakan sebanyak 25 sunnah.



[50] HR. Abu Dawud. Al-Hafizh Ibnu Hajar menghasankannya, dan Ibnu Hibban menshahihkannya..

Sunnah Dalam Iqamat

Ketahuilah bahwa sunnah-sunnah saat iqamat sama dengan sunnah-sunnah pada azan, yaitu tidak berbeda dengan empat poin pertama yang telah diuraikan.

Penjelasan tersebut sesuai dengan fatwa *al-Lajnah ad-Dâ-imah lil Buhûts al-'Ilmiyyah wal Iftâ'* atau Komite Tetap Kajian Ilmiah dan Pemberian Fatwa.

Apabila dijumlahkan secara keseluruhan, terdapat 20 sunnah iqamat pada setiap shalat wajib.

Catatan Penting

Termasuk dalam sunnah bagi yang **mendengar** iqamat untuk menirukan lafazh iqamat itu, **kecuali pada** lafazh: حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ. Ketika **mendengar lafazh** tersebut, dijawab dengan lafazh: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ "Tidaklah ada daya dan kekuatan selain dengan pertolongan Allah."[51]

Lantas ketika terdengar ucapan: قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ hendaknya seseorang menirukannya dan tidak boleh mengucapkan: أَقَامَهَا اللهُ وَأَدَامَهَا, sebab ucapan itu berdasarkan hadits *dha'if*. (*Al-Lajnah ad-Dâ-imah lil Buhûts al-'Ilmiyyah wal Iftâ'*).

---

51 HR. Muslim (no. 385).

Shalat Menggunakan Sutrah Atau penghalang

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan sabda Rasulullah ﷺ:

((إِذَا صَلَّى أَحَدُكُمْ فَلْيُصَلِّ إِلَى سُتْرَةٍ وَلْيَدْنُ مِنْهَا وَلَا يَدَعْ أَحَدًا يَمُرُّ بَيْنَهُ وَبَيْنَهَا.))

"Apabila seseorang di antara kalian melaksanakan shalat, maka shalatlah dengan menggunakan pembatas, dan hendaklah dia mendekati pembatas tersebut, janganlah ia membiarkan seorang pun lewat di antara dirinya dan pembatas tersebut."[52]

Ini merupakan dalil/nash syar'i yang bersifat umum mengenai disunnahkannya agar meletakkan *sutrah* atau pembatas tiap kali seorang muslim mengerjakan shalat, baik di masjid maupun di rumah.

Ketahuilah, ketentuan sutrah ini berlaku bagi kaum laki-laki maupun kaum perempuan.

Sebagian muslimin tidak mengindahkan sunnah ini sehingga engkau mendapati mereka tidak menggunakan *sutrah* ketika shalat.

[52] HR. Abu Dawud (no. 697), Ibnu Majah (no. 954), dan Ibnu Khuzaimah (I/931).

Sunnah ini dilakukan berkali-kali dalam keseharian setiap muslim, yakni bagi mereka yang menjalankannya. Adapun peletakan sutrah dalam praktiknya diterapkan pada waktu shalat sunnah rawatib, shalat Dhuha, shalat Tahiyatul Masjid, dan shalat Witir.

Sunnah tersebut juga berlaku bagi perempuan yang shalat sendirian di rumahnya. Sedangkan ketika shalat berjamaah, maka yang dijadikan sutrah bagi makmum adalah imam mereka.

Permasalahan seputar Sutrah

❶ *Sutrah* ketika shalat dapat menggunakan apa saja yang berada di arah kiblat, seperti tembok, tongkat, atau tiang, dan tidak ada pembatasan tentang bentangan/lebar *sutrah*.

❷ Tinggi sutrah kira-kira setinggi *mu'akhiratur rahl*[53], yaitu yang ukurannya kira-kira satu jengkal tangan.

❸ Jarak antara kedua kaki dan *sutrah* kira-kira tiga *hasta* (siku sampai ujung jari tengah) dan di antara dia dengan *sutrah* masih ada tempat (ruang) untuk melakukan sujud.

❹ Sesungguhnya *sutrah* disyariatkan bagi imam dan orang-orang yang shalat secara *munfarid* (sendiri), baik shalat wajib lima waktu maupun shalat sunnah.

❺ *Sutrah* makmum mengikuti *sutrah* imam, maka diperbolehkan melewati makmum apabila ada hajat (kepentingan).

[53] Sandaran pada bagian belakang pelana kuda yang ukurannya kira-kira dua pertiga *dzira'*. 1 dzira'sama dengan sepanjang siku lengan sampai ujung jari tengah.[ed].

Faedah Menerapkan Sutrah ketika Shalat

❶ Sunnah tersebut (menggunakan sutrah ketika shalat) menjaga ibadah shalat agar tidak batal yang disebabkan oleh lalu-lalangnya siapa saja[54] yang dapat membatalkan atau mengurangi pahalanya.

❷ Mencegah pandangan dari melihat orang-orang yang lalu-lalang, karena orang yang memakai sutrah secara umum pandangannya ke arah sutrah serta pikirannya terkonsentrasi pada makna-makna bacaan shalat.

❸ Orang yang shalat memakai sutrah telah memberi kesempatan bagi orang yang berlalu-lalang, maka tidak perlu lagi menjauhkan orang-orang yang berlalu lalang di hadapannya.



[54] Yakni perempuan yang sudah baligh, keledai, dan anjing hitam.-ed

Shalat Sunnah Sehari-hari

1. Shalat-shalat sunnah Rawatib.

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan sabda Rasulullah ﷺ:

((مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يُصَلِّي لِلَّهِ تَعَالَى كُلَّ يَوْمٍ ثِنْتَي عَشْرَةَ رَكْعَةً تَطَوُّعًا غَيْرَ فَرِيْضَةٍ إِلَّا بَنَى اللهُ لَهُ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ أَوْ بُنِيَ لَهُ بَيْتٌ فِي الْجَنَّةِ.))

"Tidaklah seorang muslim mengerjakan shalat sunnah setiap hari 12 rakaat karena Allah, melainkan Allah pasti akan membangunkan sebuah rumah baginya di Surga atau dibangunkan baginya sebuah rumah di Surga."[55]

Rinciannya sebagai berikut:

- empat rakaat sebelum shalat Zhuhur dan dua rakaat setelahnya,
- dua rakaat setelah shalat Maghrib,
- dua rakaat setelah shalat Isya dan dua rakaat sebelum shalat Shubuh.

55 HR. Muslim (no. 728).

Wahai saudaraku tercinta, tidakkah engkau merasa rindu untuk dibangunkan rumah di Surga?

Peliharalah nasihat yang datang dari Rasulullah ﷺ dengan tetap mengerjakan shalat sunnah 12 rakaat.

2. Shalat Dhuha

Shalat Dhuha ini sebanding dengan 360 sedekah.

Yang demikian bisa terwujud karena di dalam tubuh manusia ada 360 sendi atau persendian, dan setiap sendi tersebut membutuhkan sedekah setiap harinya.

Sedekah bagi persendian tersebut merupakan wujud rasa syukur atas nikmat Allah. Guna mencukupinya, maka dua rakaat dari shalat Dhuha sebagai sarananya.

Faedah Shalat Dhuha

Sebagaimana dalam *Shahîh Muslim*, Rasul ﷺ bersabda:

((يُصْبِحُ عَلَى كُلِّ سُلَامَى مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ: فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ
وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ
بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ، وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ، وَيُجْزِىءُ مِنْ ذٰلِكَ
رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الضُّحَى.))

"Setiap pagi pada tiap-tiap ruas persendian di antara kalian memiliki hak, yaitu sedekah. Setiap *tasbih* adalah sedekah, setiap *tahmid* adalah sedekah, setiap *tahlil* adalah sedekah, setiap *takbir* adalah sedekah, amar ma'ruf termasuk sedekah, mencegah dari kemunkaran termasuk sedekah, maka yang mencukupi demikian itu adalah shalat Dhuha dua rakaat."[56]

الْمَفْصِلُ = سُلَامَى, yaitu ruas persendian/sendi.

Juga berdasarkan riwayat Abu Hurairah ﷺ, bahwa ia menuturkan:

((أَوْصَانِيْ خَلِيْلِيْ ﷺ بِثَلَاثٍ: بِصِيَامِ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، وَرَكْعَتَيِ الضُّحَى، وَأَنْ أُوْتِرَ قَبْلَ أَنْ أَرْقُدَ.))

"Aku telah diberikan nasihat oleh kekasihku (Rasul ﷺ) dengan tiga hal, yaitu berpuasa tiga hari (tanggal 13, 14, 15) pada setiap bulan Hijriyah, dua rakaat shalat Dhuha, dan shalat Witir sebelum aku tidur."[57]

Waktu shalat Dhuha adalah mulai dari ¼ jam setelah terbitnya matahari sampai kurang dari ¼ jam sebelum shalat Zhuhur.

Waktu yang paling utama untuk menunaikan shalat Dhuha adalah ketika terik matahari mulai menyengat, atau ketika panasnya mulai terasa mengena kulit. Apabila diperkirakan dengan jam, kira-kira dimulai pukul 07.00 sampai dengan 11.00.

Jumlah rakaat shalat Dhuha yang paling sedikit adalah dua rakaat.

Jumlah maksimal ataupun yang paling banyak adalah shalat Dhuha adalah delapan rakaat. Ada pendapat lain yang mengatakan bahwasanya jumlah maksimal rakaat shalat sunnah ini tidak ada batasannya.

---

56 HR. Muslim (no. 720).

57 HR. Al-Bukhari (no. 1981) dan Muslim (no. 721).

3. Shalat sunnah sebelum shalat Ashar.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((رَحِمَ اللهُ امْرَأً صَلَّى قَبْلَ الْعَصْرِ أَرْبَعًا.))

"Semoga Allah memberi rahmat kepada seseorang yang shalat sunnah sebelum Ashar empat rakaat."[58]

4. Shalat sunnah sebelum shalat Maghrib.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((صَلُّوْا قَبْلَ صَلَاةِ الْمَغْرِبِ، قَالَ فِي الثَّالِثَةِ: لِمَنْ شَاءَ.))

"Shalatlah sebelum shalat Maghrib." Pada ucapan yang ketiga beliau ﷺ menambahkan: "Bagi siapa yang mau."[59]

5. Shalat sunnah sebelum shalat Isya.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((بَيْنَ كُلِّ أَذَانَيْنِ صَلَاةٌ، بَيْنَ كُلِّ أَذَانَيْنِ صَلَاةٌ، ثُمَّ قَالَ فِيْ الثَّالِثَةِ: لِمَنْ شَاءَ.))

"Di antara dua azan terdapat shalat, di antara dua azan terdapat shalat." Pada ucapan ketiga, beliau bersabda: "Bagi siapa yang mau."[60]

Imam an-Nawawi berkata: "Yang dimaksud dengan dua azan adalah azan dan iqamat."

---

[58] HR. Abu Dawud (no. 1271) dan at-Tirmidzi (no. 430).
[59] HR. Al-Bukhari (no. 1183, 7368).
[60] HR. Al-Bukhari (no. 624, 627) dan Muslim (no. 838).

Sunnah Dalam Shalat Malam

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini adalah sabda Rasulullah ﷺ:

((أَفْضَلُ الصِّيَامِ بَعْدَ رَمَضَانَ شَهْرُ اللهِ الْمُحَرَّمُ وَأَفْضَلُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الْفَرِيضَةِ صَلَاةُ اللَّيْلِ.))

"Sebaik-baik puasa setelah puasa Ramadhan adalah puasa bulan Muharram, dan sebaik-baik shalat setelah shalat wajib adalah shalat Lail (shalat malam)."[61]

1. Sebaik-baik jumlah rakaat dalam shalat malam adalah sebelas atau tiga belas rakaat dengan pengerjaan shalat yang lama.

Sunnah atau anjuran untuk mengerjakan amalan ini berdasarkan hadits Nabi:

((كَانَ ﷺ يُصَلِّي إِحْدَى عَشْرَةَ رَكْعَةً كَانَتْ تِلْكَ صَلَاتُهُ.))

"Rasulullah ﷺ biasa mengerjakan shalat malam sebanyak 11 rakaat, maka demikian itulah yang merupakan sifat shalat beliau."[62]

---

[61] HR. Muslim (no. 1163).
[62] HR. Al-Bukhari (no. 1147).

Riwayat yang lain dari Nabi menyebutkan jumlah rakaat yang berbeda:

((يُصَلِّي بِاللَّيْلِ ثَلَاثَ عَشْرَةَ رَكْعَةً ....))

"Rasulullah shalat malam sebanyak 13 rakaat."[63]

2. Bersiwak dan membaca 10 ayat terakhir surah Ali 'Imran.

Disunnahkan bagi setiap muslim yang bangun tidur tengah malam yang ingin mengerjakan *qiyamul lail*, atau shalat malam, untuk bersiwak serta membaca ayat-ayat terakhir dari surah Ali 'Imran, yakni mulai dari ayat 190 hingga ayat 200.

Ayat pertamanya, dari 11 ayat yang disunnahkan agar dibawa tersebut, adalah:

﴿ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾ ﴾

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berakal." (QS. Al-'Imran [3]: 190)

3. Berdoa bagi orang-orang yang mengerjakan shalat malam.

Yaitu dengan doa yang diajarkan Nabi ﷺ, seperti yang tertuang dalam riwayat hadits di bawah ini:

---

63 HR. Al-Bukhari (no. 1138).

اَللّٰهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ، أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ، أَنْتَ نُوْرُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ وَلَكَ الْحَمْدُ، أَنْتَ مَلِكُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ، وَلَكَ الْحَمْدُ، أَنْتَ الْحَقُّ، وَوَعْدُكَ الْحَقُّ، وَلِقَاؤُكَ حَقٌّ، وَقَوْلُكَ حَقٌّ، وَالْجَنَّةُ حَقٌّ، وَالنَّارُ حَقٌّ، وَالنَّبِيُّوْنَ حَقٌّ، وَمُحَمَّدٌ ﷺ حَقٌّ، وَالسَّاعَةُ حَقٌّ، اَللّٰهُمَّ لَكَ أَسْلَمْتُ، وَبِكَ آمَنْتُ، وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَإِلَيْكَ أَنَبْتُ، وَبِكَ خَاصَمْتُ، وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ، فَاغْفِرْ لِيْ مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ، وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ، أَنْتَ الْمُقَدِّمُ، وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، (أَوْ لَا إِلٰهَ غَيْرُكَ)

"Ya Allah, bagi-Mu semata segala puji, Engkaulah Yang menegakkan langit dan bumi serta segala isinya. Bagi-Mu segala puji, Engkau cahaya langit dan bumi serta segala isinya. Bagi-Mu segala puji, Engkau Raja langit dan bumi serta segala isinya. Bagi-Mu segala puji, Engkaulah Yang Mahabenar, janji-Mu itu benar adanya dan pertemuan dengan-Mu itu benar adanya. Firman-Mu itu benar, Surga itu benar, Neraka itu benar, para Nabi itu benar, Nabi Muhammad itu benar (utusan-Mu), Kiamat itu benar adanya. Ya Allah, kepada-Mu aku berserah diri dan beriman. Ya Allah, kepada-Mu aku bertawakal, kepada-Mu aku kembali, dengan *hujjah*-Mu aku membantah dan membela, dan kepada-Mu aku berhukum. Ampunilah dosaku di masa lalu, masa yang akan datang, yang tersembunyi serta yang tampak. Engkaulah Yang Maha mendahulukan dan Yang Maha mengakhirkan, dan tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau."[64]

4. **Memulai mengerjakan shalat malam dengan dua rakaat yang ringan.**

Hal itu dikerjakan hingga datang semangat untuk memanjangkan rakaat setelah dua rakaat ringan atau pendek tersebut. Rasulullah ﷺ bersabda:

((إِذَا قَامَ أَحَدُكُمْ مِنَ اللَّيْلِ فَلْيَفْتَتِحْ صَلَاتَهُ بِرَكْعَتَيْنِ خَفِيفَتَيْنِ.))

"Apabila salah seorang di antara kalian mendirikan shalat malam, hendaklah memulai shalatnya dengan dua rakaat ringan (surat-surat yang dibaca pendek)."[65]

5. **Memulai mengerjakan shalat malam dengan doa yang shahih dari Rasulullah.**

اَللّٰهُمَّ رَبَّ جَبْرَائِيْلَ وَمِيْكَائِيْلَ وَإِسْرَافِيْلَ، فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، أَنْتَ تَحْكُمُ بَيْنَ عِبَادِكَ فِيْمَا كَانُوْا فِيْهِ يَخْتَلِفُوْنَ، اِهْدِنِيْ لِمَا اخْتُلِفَ فِيْهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِكَ إِنَّكَ تَهْدِيْ مَنْ تَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيْمٍ.

"Ya Allah, Rabb Jibril, Mika-il, dan Israfil. Wahai Pencipta langit dan bumi. Wahai Rabb yang mengetahui hal-hal yang ghaib dan yang nyata. Engkau Yang menghukumi (memutuskan) hamba-hamba-Mu terhadap perkara yang mereka perselisihkan. Tunjukkanlah padaku kebenaran tentang apa-apa yang diperselisihkan dengan seizin-Mu. Sesungguhnya Engkau menunjukkan jalan yang lurus bagi orang-orang yang Engkau kehendaki."[66]

---

[64] HR. Al-Bukhari (no. 1120, 6317, 7385) dan Muslim (no. 2717).

6. **Memanjangkan shalat malam.**

Suatu ketika Nabi ﷺ ditanya: "Shalat apakah yang paling baik?"

Beliau pun menjawab:

((طُوْلُ الْقُنُوْتِ.))

"*Thûlul Qunût* (yang lama berdirinya)."[67]
Yang dimaksud dengan *qunut* adalah berdiri lama.

7. **Berta'awwudz atau memohon perlindungan kepada Allah ketika membaca ayat mengenai azab ketika mengerjakan shalat malam.**

Ta'awwudz atau meminta perlindungan kepada Allah yaitu dengan mengucapkan:

أَعُوْذُ بِاللهِ مِنْ عَذَابِ اللهِ

"Aku berlindung kepada Allah dari azab Allah."

Dan, memohon rahmat kepada-Nya ketika membaca ayat tentang rahmat dengan ucapan:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

"Ya Allah, aku meminta kepada-Mu sebagian karunia-Mu."

Kemudian, bertasbih ketika membaca ayat-ayat yang mengandung pujian tentang kemahasucian Allah, Rabb semesta alam.

---

65 HR. Muslim (no. 768).
66 HR. Muslim (no. 770).
67 HR. Muslim (no. 756).

Hal tersebut berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((يَقْرَأُ مُتَرَسِّلًا إِذَا مَرَّ بِآيَةٍ فِيْهَا تَسْبِيْحٌ سَبَّحَ، وَإِذَا مَرَّ بِسُؤَالٍ سَأَلَ، وَإِذَا مَرَّ بِتَعَوُّذٍ تَعَوَّذَ.))

"Rasulullah membaca ayat dengan *tartil*, apabila beliau melewati satu ayat *tasbih*, maka beliau pun bertasbih. Apabila melewati ayat permohonan (tentang rahmat), maka beliau pun memohon. Sedangkan apabila melewati ayat memohon perlindungan, maka beliau pun memohon perlindungan (ber-*ta'awwudz*)."[68]

Sebab Utama agar Mendapat Kemudahan untuk Mengerjakan Shalat Malam

1) Berdoa.
2) Menjauhkan (diri) dari bergadang.
3) Tidur di siang hari.
4) Meninggalkan kemaksiatan.
5) Berkeinginan kuat untuk melakukan shalat malam.



[68] HR. Muslim (no. 772).

Sunnah Dalam Shalat Witir

1. Membaca surah Al-A'la pada rakaat pertama, surah Al-Kafirun pada rakaat kedua, serta surah Al-Ikhlash pada rakaat ketiga.

Membaca tiga surah tersebut pada setiap rakaatnya yaitu bagi yang mengerjakan shalat Witir tiga rakaat.

Disunnahkannya amalan ini berdasarkan hadits shahih riwayat Abu Dawud, at-Tirmidzi, dan Ibnu Majah.[69]

2. Membaca tasbih setelah selesai shalat Witir.

Yaitu mengucapkan sebanyak tiga kali:

سُبْحَانَ الْمَلِكِ الْقُدُّوْسِ

"Mahasuci Allah, Raja Yang Mahasuci."

Pada ucapan ketiga terdapat lafazh tambahan menurut ad-Daraquthni: "Rasulullah mempertegas bacaan serta memanjangkan suaranya sambil mengucapkan:

رَبُّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوْحِ

"Rabb para Malaikat dan Jibril."[70]

---

[69] HR. Abu Dawud (no. 1424), at-Tirmidzi (no. 462), dan Ibnu Majah (no. 1171).

[70] Hadits ini dishahihkan oleh al-Arna-uth, sebagaimana diriwayatkan pula oleh Abu Dawud dan an-Nasai..

Sunnah Dalam Shalat Sunnah Fajar

Shalat sunnah Fajar, yaitu dua rakaat sebelum shalat Shubuh, mempunyai sunnah-sunnah khusus yang dapat dijadikan acuan dalam mempraktikkannya:

1. Mengerjakannya secara ringkas.

Dari Aisyah رضي الله عنها, ia berkata:

(كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يُصَلِّي رَكْعَتَيْنِ خَفِيْفَتَيْنِ بَيْنَ الْأَذَانِ وَالْإِقَامَةِ مِنْ صَلَاةِ الصُّبْحِ.)

"Rasul ﷺ mengerjakan shalat dua rakaat ringan di antara azan dan iqamat dari shalat Shubuh."[71]

2. Membaca ayat yang dahulu dibaca Rasulullah.

(كَانَ يَقْرَأُ فِيْ رَكْعَتَيِ الْفَجْرِ فِي الْأُوْلَى مِنْهَا: ﴿ قُولُوٓاْ ءَامَنَّا بِٱللَّهِ وَمَآ أُنزِلَ إِلَيۡنَا ﴾)

"Nabi ﷺ membaca pada shalat sunnah Fajar, dan pada rakaat pertama beliau membaca '*Qûlû âman-nâ billâhi wamâunzila illainâ* ...' (QS. Al-Baqarah [2]: 136)"

---

[71] *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 619) dan Muslim (no. 724 (91)).

Dalam riwayat lain, pada rakaat terakhirnya beliau membaca ayat:

﴿... ءَامَنَّا بِٱللَّهِ وَٱشْهَدْ بِأَنَّا مُسْلِمُونَ ﴿٥٢﴾﴾

"... *Kami beriman kepada Allah, dan saksikanlah, bahwa kami adalah orang-orang muslim.*" (QS. Ali 'Imran [3]: 52)[72]

Dalam riwayat lainnya lagi disebutkan bahwa beliau membaca akhir surat Ali 'Imran, dan pada riwayat yang lainnya beliau membaca:

﴿قُلْ يَٰٓأَهْلَ ٱلْكِتَٰبِ تَعَالَوْا۟ إِلَىٰ كَلِمَةٍ سَوَآءٍۭ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ .... ﴿٦٤﴾﴾

"Katakanlah (Muhammad): 'Wahai Ahli Kitab! Marilah (kita) menuju kepada satu kalimat (pegangan) yang sama antara kami dan kamu ....'" (QS. Ali 'Imran [3]: 64)[73]

Dalam riwayat lainnya, Rasulullah ﷺ ketika shalat sunnah Fajar membaca: ﴿قُلْ يَٰٓأَيُّهَا ٱلْكَٰفِرُونَ﴾ (Al-Kâfirûn) pada rakaat pertama dan pada rakaat keduanya membaca ﴿قُلْ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ﴾ (Al-Ikhlâs).[74]

---

72 HR. Muslim (no. 727).
73 HR. Muslim (no. 727).
74 HR. Muslim (no. 726).

3. Berbaring dengan memiringkan badan serta memposisikan tubuh sehingga bertumpu pada lambung sebelah kanan seusai shalat.

Dalam suatu riwayat disebutkan:

((كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا صَلَّى رَكْعَتَيِ الْفَجْرِ اضْطَجَعَ عَلَى شِقِّهِ الأَيْمَنِ.))

"Apabila telah selesai mengerjakan shalat sunnah Fajar dua rakaat, Rasulullah ﷺ berbaring pada lambungnya sebelah kanan."[75]

Wahai saudaraku, ketika engkau shalat dua rakaat Fajar di rumahmu, maka berusahalah untuk berbaring di atas lambung sebelah kanan setelah selesai melakukan shalat sunnah Fajar, walaupun hanya beberapa menit. Hal ini semata-mata untuk mengikuti sunnah.



[75] HR. Al-Bukhari (no. 626) dan Muslim (no. 736).

Duduk-Duduk Setelah Shalat Shubuh

Dalam suatu riwayat disebutkan:

((أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ إِذَا صَلَّى الْفَجْرَ جَلَسَ فِي مُصَلَّاهُ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ (حَسْنَاءَ).))

"Bahwa Nabi ﷺ selesai shalat Shubuh, beliau duduk berdzikir di tempat shalatnya sampai matahari terbit sedikit tinggi."[76]

Imam an-Nawawi berkata: "Makna حَسَنًا yaitu terbit yang bagus atau mulai meninggi."

Betapa besar nikmat Allah, sesungguhnya Allah telah menugaskan para Malaikat untuk berdoa, beristighfar bagi orang-orang yang duduk-duduk berdzikir di masjid, baik sebelum shalat maupun setelahnya. Para Malaikat berdoa untuk mereka—sebagaimana diterangkan dalam hadits—dengan ucapan:

اَللّٰهُمَّ اغْفِرْلَهُ، اللّٰهُمَّ ارْحَمْهُ

"Ya Allah, ampuni dosanya. Ya Allah, sayangilah dia."[77]

---

76 HR. Muslim (no. 670).
77 HR. Al-Bukhari (no. 659).

Sunnah Dalam Shalat

Wahai saudaraku, lihatlah kedudukanmu di sisi Allah ketika mentaatinya. Allah ﷻ menugaskan para Malaikat untuk mendoakanmu.

1. Berupa ucapan:

a) Doa iftitah. Yaitu, ucapan setelah takbiratul ihram.

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ وَتَبَارَكَ اسْمُكَ وَتَعَالَى جَدُّكَ وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ

"Mahasuci Engkau ya Allah, dan segala puji bagi-Mu, Mahaberkah nama-Mu, Mahatinggi kebesaran-Mu, tidak ada ilah yang berhak diibadahi selain Engkau."[78]

Lafazh doa iftitah lainnya yaitu:

اَللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، اَللَّهُمَّ نَقِّنِي مِنْ خَطَايَايَ كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الأَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ، اَللَّهُمَّ اغْسِلْنِي مِنْ خَطَايَايَ بِالثَّلْجِ وَالْمَاءِ وَالْبَرَدِ

[78] HR. Ahmad (III/50), at-Tirmidzi (no. 242), Abu Dawud (no. 775), an-Nasai (II/132), dan Ibnu Majah (no. 804).

"Ya Allah, jauhkanlah antara diriku serta segenap kesalahanku sebagaimana Engkau telah menjauhkan antara timur dan barat. Ya Allah, bersihkan diriku dari kesalahan-kesalahanku sebagaimana pakaian putih dibersihkan dari kotorannya. Ya Allah, cucilah setiap kesalahanku dengan es, air, dan embun."[79]

Dianjurkan bagi kita agar memilih salah satu dari kedua doa iftitah tersebut.

b) Ber-*ta'awwudz* sebelum membaca surah Al-Fâtiḫah dengan mengucapkan:

أَعُوْذُ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ

"Aku berlindung kepada Allah dari godaan syaitan yang terkutuk.[80]

c) Membaca *basmalah*, yaitu:

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ

"Dengan nama Allah yang Maha Pengasih Maha penyayang."

d) Mengucapkan *âmîn* setelah selesai membaca surah Al-Fâtiḫah, setelah mendengar وَلَا الضَّآلِّيْنَ.

e) Membaca surah setelah surat Al-Fâtiḫah di dua rakaat yang pertama pada shalat Shubuh, shalat Jum'at, shalat Maghrib dan shalat wajib yang empat rakaat, serta pada shalat sunnah yang dikerjakan sendirian.

---

79 HR. Al-Bukhari (no. 744) dan Muslim (no. 548).
80 Lihat *al-Kalimuth Thayyib* (no. 130).

Sedangkan bagi makmum pada shalat berjamaah, maka ia membacanya ketika sedang mengerjakan shalat *sirriyyah* (suara dipelankan pada shalat Zhuhur dan Ashar). Pada shalat *jahriyyah* (suara dinyaringkan pada shalat Maghrib, Isya, dan Shubuh), maka tidak perlu dibaca karena sudah diwakilkan oleh imam.

f) Membaca:

مِلْءَ السَّمَاوَاتِ وَمِلْءَ الْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا، وَمِلْءَ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ، أَهْلَ الثَّنَاءِ وَالْمَجْدِ، أَحَقُّ مَا قَالَ الْعَبْدُ، وَكُلُّنَا لَكَ عَبْدٌ، اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ

"Pujian sepenuh langit dan bumi dan sepenuh apa yang ada di antara keduanya, sepenuh apa yang Engkau kehendaki setelah itu. Wahai Rabb yang layak dipuji dan diagungkan, Yang paling berhak dikatakan oleh seorang hamba dan kami seluruhnya adalah hamba-Mu. Ya Allah, tidak ada yang dapat menghalangi apa yang Engkau berikan dan tidak ada yang dapat memberi apa yang Engkau halangi; tidak berguna kekayaan dan kemuliaan itu bagi pemiliknya dari (siksa-Mu)."[81]

Doa ini dibaca setelah bangun dari ruku yaitu setelah membaca:

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

"Wahai Rabb kami, segala puji hanya milik-Mu."

---

[81] HR. Muslim (no. 471, 477).

g) Disunnahkan membaca *tasbih* lebih dari satu kali ketika ruku dan sujud.[82]

h) Disunnahkan untuk banyak membaca doa di bawah ini ketika duduk di antara dua sujud.

رَبِّ اغْفِرْلِيْ

"Ya Allah, ampunilah dosa-dosaku."[83]

i) Berdoa ketika selesai membaca tasyahud akhir.

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَّالِ

"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari siksa Neraka Jahannam, siksa kubur, fitnah kehidupan dan fitnah (setelah) kematian, serta dari kejahatan fitnah al-Masih ad-Dajjal."[84]

Disunnahkan untuk tidak mempersingkat bacaan *tasbih* ketika sujud, namun menambahkan doa dalam sujud tersebut apabila mau.

Hal ini berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((أَقْرَبُ مَا يَكُوْنُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ فَأَكْثِرُوْا فِيْهِ مِنَ الدُّعَاءِ.))

82 HR. At-Tirmidzi (I/83).
83 HR. Abu Dawud (no. 874).
84 HR. Al-Bukhari (II/102) dan Muslim (no. 588).

"Saat yang paling dekat antara seorang hamba dengan Rabbnya adalah saat sedang sujud, maka perbanyaklah doa dalam sujud kalian."[85]

Dan ada pula doa-doa yang lain. Bagi yang ingin mengetahui lebih lanjut, silakan lihat *Hishnul Muslim* karya al-Qahthani.

Setiap sunnah dalam shalat yang berupa ucapan dilakukan setiap rakaat, kecuali pada doa iftitah dan doa setelah tasyahud.

Apabila sunnah-sunnah yang berupa ucapan dalam shalat lima waktu dikumpulkan, maka akan didapatkan sebanyak 136 sunnah dalam 17 rakaat, dan di antaranya ada 8 sunnah yang pelaksanaannya berkali-kali dalam setiap rakaat.

Apabila dikumpulkan dalam shalat *nafilah* (sunnah) yang berjumlah 25 rakaat, sebagaimana keterangan yang disebutkan pada bahasan tentang shalat sunnah yang dilakukan dalam sehari semalam, maka akan didapatkan sunnah yang dapat diterap-kan berjumlah 175 kali. Dan, yang demikian bertambah banyak manakala seorang muslim menambahnya dengan melakukan shalat malam dan shalat Dhuha.

Sedangkan sunnah-sunnah yang berupa ucapan yang hanya berulang satu kali yaitu:

- Doa iftitah.
- Doa setelah tasyahud akhir.

---

[85] HR. Muslim (no. 482).

Maka, jika dua sunnah tersebut dikumpulkan dalam shalat wajib, jumlahnya adalah 10 sunnah, sedangkan jika diterapkan dalam shalat-shalat sunnah yang dilakukan sehari semalam, maka akan berjumlah 24 sunnah. Dan, ia bertambah semakin banyak manakala seorang muslim mengerjakan shalat sunnah lainnya, seperti shalat malam, shalat Dhuha, atau shalat Tahiyatul Masjid.

Dengan begitu, semakin bertambahnya penerapan sunnah-sunnah yang berulang sekali dalam shalat wajib atau shalat sunnah, secara otomatis makin bertambah pula pahala dan kesungguhan untuk berpegang teguh kepada sunnah.

2. Berupa perbuatan:

a) Mengangkat kedua tangan bersamaan dengan ucapan takbir.

b) Mengangkat kedua tangan ketika ruku.

c) Mengangkat kedua tangan ketika bangun dari ruku.

d) Mengangkat kedua tangan ketika berdiri menuju rakaat ketiga dalam shalat yang mempunyai dua kali tasyahud.

e) Saat mengangkat kedua tangan dan menurunkannya secara bersamaan, sebagaimana pada keempat point di atas, hendaklah jari-jemari saling merapat antara satu dengan yang lainnya.

f) Jari-jemari tersebut dibuka, dan arah telapak tangan dihadapkan ke arah kiblat.
(Lihat gambar A)

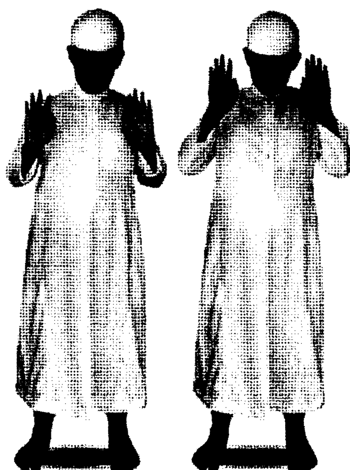
g) Jari-jemari tersebut diangkat hingga sejajar dengan kedua bahu atau sejajar dengan kedua telinga.[86]
(Lihat gambar A)

h) Ketika bersedekap, meletakkan tangan kanan di atas tangan kiri atau tangan kanan menggenggam di atas pergelangan tangan kiri.[87]
(Lihat gambar B)

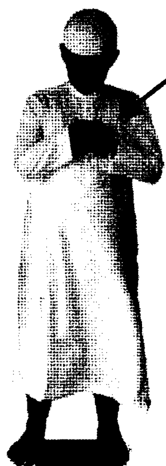
i) Memandang ke tempat sujud.

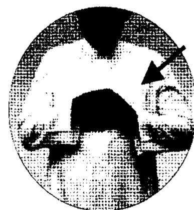
j) Merenggangkan dua kaki dengan acuan jarak yang secukupnya, yakni sejajar dengan bahu.

k) Membaca al-Qur-an dengan *tartil* dan merenungkan makna bacaan.



Gambar A
Posisi tangan pada saat takbiratul ihram





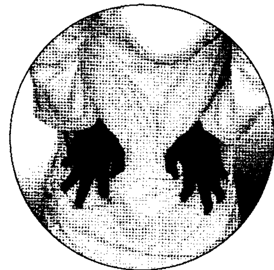
Gambar B
Posisi tangan pada saat bersedekap

[86] HR. Muslim (hlm. 87).
[87] HR. Muslim (hlm. 88).

Sunnah dalam Ruku

1) Menggenggam kedua lutut dengan kedua tangan dalam keadaan jari-jemari merenggang ketika dalam posisi ruku.[88]
2) Meratakan punggung ketika ruku.[89]
3) Memposisikan kepala ke depan atau sejajar dengan punggung, hingga tidak menunduk atau mendongak (mengangkat kepala).
4) Merenggangkan siku kedua lengan hingga menjauh dari kedua sisi tubuhnya.[90], [91]





Posisi Ruku' yang benar
sesuai dengan sunnah

---

88 HR. Abu Dawud (no. 809).

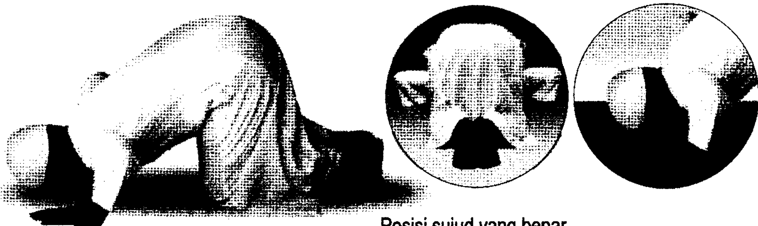
89 Lihat *Shifatu Shalâtin Nabiyyi* (hlm. 130).

90 *Shifatu Shalâtin Nabiyyi* (hlm. 130).

91 Rasulullah menjauhkan dan membengkokkan kedua sikunya dari kedua sisi badannya. (HR. At-Tirmidzi, dan dishahihkan oleh Ibnu Khuzaimah).

Sunnah dalam Sujud

1) Menjauhkan kedua tangan dari kedua sisi tubuh.
2) Menjauhkan perut dari kedua paha.
3) Menjauhkan kedua paha dari kedua betis.
4) Memisahkan kedua lutut ketika sujud.
5) Menegakkan kedua kaki.
6) Menempelkan kedua telapak tangan di lantai atau permukaan tanah yang dijadikan tumpuan.
7) Kedua kaki saling menempel ketika sujud.
8) Meletakkan kedua tangan sejajar dengan kedua bahu atau kedua telinga.
9) Membentangkan kedua tangan.
10) Merapatkan jari-jemari.
11) Menghadapkan jari-jemari ke arah kiblat.



Posisi sujud yang benar sesuai dengan sunnah

Sunnah dalam Duduk di Antara Dua Sujud

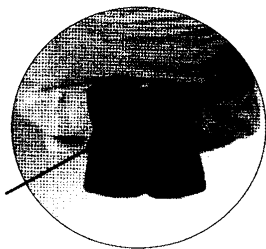
Duduk di antara dua sujud memiliki dua cara, yaitu:

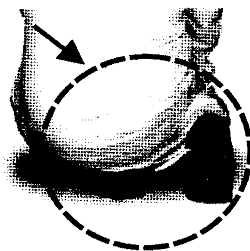
1) Duduk *iq'a*.

Yaitu, menegakkan kedua kaki dan duduk dengan bertumpu pada atau di atas tumit. (Lihat gambar A)

2) Duduk *iftirasy*

Yaitu, dengan menegakkan telapak kaki kanan dan menghamparkan telapak kaki kiri dalam tasyahud awal (dengan melipat atau membengkokkan kaki kiri, lalu duduk di atasnya dan menegakkan telapak kaki kanan). (Lihat gambar B)


Gambar A


Gambar B

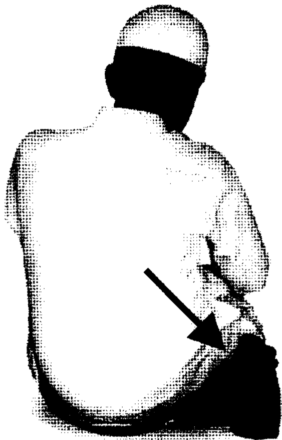
Rasulullah ﷺ memanjangkan duduk tersebut hingga ada yang menyangka bahwa beliau telah lupa.

Duduk istirahat, yaitu duduk sejenak yang tidak ada dzikir di dalamnya dan posisi duduk ini berlaku ketika selesai sujud yang kedua pada rakaat pertama dan rakaat ketiga.

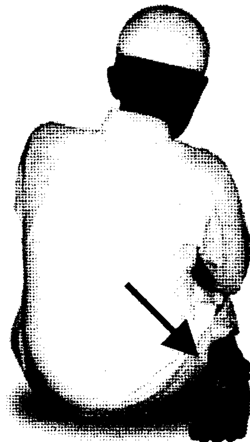
Sunnah-sunnah dalam tasyahud akhir

Tasyahhud yang kedua mempunyai tiga cara, yaitu:

1) Menegakkan telapak kaki kanan dan meletakkan telapak kaki kiri di bawah betis yang kanan seraya duduk menempel lantai (punggung telapak kaki kiri menempel lantai). (Lihat gambar A)
2) Seperti posisi pertama hanya saja tidak menegakkan kaki kanan atau mendatarkannya, menghadapnya sama dengan kaki kiri.[92] (Lihat gambar B)
3) Menegakkan kaki kanan dan memasukkan kaki kiri di antara betis kanan dan paha.



Gambar A

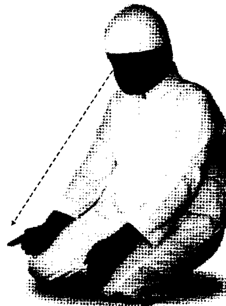


Gambar B

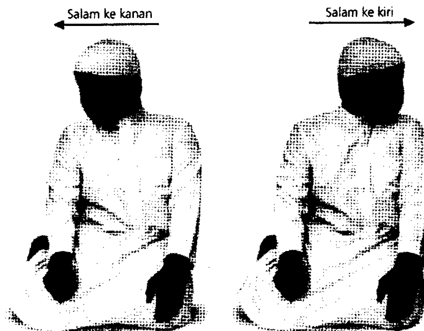
[92] *Shifatu Shalâtin Nabiyyi* ﷺ, hlm. 181.

Adapun sunnah lainnya dalam tasyahud akhir:

1) Meletakkan kedua tangan di atas kedua paha, (tangan kanan di atas paha kanan dan tangan kiri di atas paha kiri, dengan meluruskan jari-jemari yang dirapatkan. (Lihat gambar A)
2) Mengacungkan telunjuk tangan kanan saat memulai tasyahud, dari awal sampai selesai, dan mengarahkan pandangan ke jari telunjuk itu. (Lihat gambar A)
3) Menengok ke kanan, kemudian ke kiri ketika salam. (Lihat gambar B)



Gambar A



Gambar B

Dalam sunnah-sunnah tersebut terdapat 25 sunnah yang berupa perbuatan, maka jika dikumpulkan dalam shalat wajib, akan didapatkan 425 sunnah.

Begitu juga penerapannya dalam shalat sunnah, yaitu ada 25 rakaat, seperti dijelaskan pada bab shalat-shalat sunnah dalam sehari semalam.

Maka akan didapatilah 625 sunnah apabila seorang muslim mampu menjaga penerapan tiap amalan tersebut pada setiap rakaatnya.

Terkadang, seorang muslim bisa melakukan sunnah yang lebih banyak lagi. Apabila seseorang menambah jumlah rakaat shalatnya dalam shalat Dhuha dan dalam shalat malam, semakin banyak pula penerapan darinya akan sunnah-sunnah tersebut.

Ada juga sunnah-sunnah lain yang berupa perbuatan ataupun amalan di dalam shalat yang biasa dilakukan satu atau dua kali, yaitu:

1) Mengangkat tangan ketika takbiratul ihram.

2) Mengangkat tangan sewaktu hendak masuk rakaat ketiga pada shalat-shalat yang memiliki atau terdapat dua kali tasyahud.

3) Mengacungkan telunjuk ketika tasyahud dari awal hingga selesai, baik pada tasyahud awal maupun pada tasyahud akhir.

4) Menengok ke kanan, lalu menengok ke kiri ketika salam di akhir shalat.

5) Duduk istirahat dua kali, pada rakaat pertama dan rakaat ketiga dalam shalat yang empat rakaat. Hanya berulang sekali pada shalat fardhu yang lain (Shubuh dan Maghrib), juga pada shalat-shalat sunnah.

6) Duduk tawarruk. Yaitu, duduk dengan menegakkan telapak kaki kanan kemudian memposisikan telapak kaki kiri di bawah betis kanan, hingga duduk dengan posisi menempel lantai (punggung telapak kaki kiri menempel pada permukaannya). Duduk seperti ini dilakukan ketika tasyahud akhir pada shalat yang di situ ada dua kali tasyahud, yaitu tasyahud awal dan tasyahud akhir.

Sunnah-sunnah tersebut dilakukan satu kali dalam shalat, kecuali mengacungkan telunjuk ketika tasyahud, karena sunnah ini dilakukan dua kali pada setiap shalat fardhu kecuali shalat Shubuh.

Demikian pula duduk istirahat, duduk setelah sujud pertama ini dilakukan secara berulang dua kali sewaktu shalat-shalat yang empat rakaat.

Maka jikalau dijumlahkan, sunnah-sunnah tersebut menjadi sebanyak 34 sunnah. Sejumlah itulah yang bisa kita dapatkan.

Wahai saudaraku, bersungguh-sungguhlah untuk menghiasi shalatmu dengan sunnah-sunnah Rasul yang berupa perkataan maupun perbuatan hingga pahalamu semakin banyak. Dengan penerapan ini maka semakin tinggilah kedudukanmu di sisi Allah ﷻ.

Faedah

Ibnul Qayyim رحمه الله berkata: "Seorang hamba memiliki dua kedudukan di hadapan Allah. Kedudukan pertama adalah kedudukannya di hadapan Allah ketika shalat. Kedudukan kedua adalah kedudukannya di hadapan Allah pada hari perjumpaan. Barang siapa menunaikan kedudukan pertama dengan benar, ia patut mendapat kedudukan kedua di akhirat. Namun barang siapa yang meremehkan kedudukan ini hingga tidak menunaikan haknya, ia mempersempit kedua kedudukan tersebut di negeri akhirat."



Sunnah-Sunnah Setelah Shalat Fardhu

1. Beristighfar tiga kali dengan ucapan:

أَسْتَغْفِرُ اللهَ

"Aku memohon ampun kepada Allah."

Dan, dengan mengucapkan:

اَللّٰهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ، وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

"Ya Allah, Engkau Pemberi keselamatan dan dari-Mu keselamatan. Mahasuci Engkau, wahai Rabb Pemilik keagungan dan kemuliaan."[93]

2. Mengucapkan:

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ

[93] HR. Muslim (no. 591).

"Tidak ada ilah yang berhak diibadahi melainkan Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan pujian. Dia Mahakuasa atas segala sesuatu. Ya Allah, tidak ada yang bisa mencegah apa yang Engkau berikan dan tidak ada yang bisa memberi apa yang Engkau cegah. Dan tidak berguna kekayaan dan kemuliaan bagi pemiliknya dari siksa-Mu (selain iman dan amal shalih)."[94]

3. Mengucapkan:

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ، وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُوْنَ

"Tidak ada ilah yang berhak diibadahi melainkan hanya Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan bagi-Nya pujian. Dia Mahakuasa atas segala sesuatu. Tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah. Tidak ada ilah (yang berhak diibadahi) melainkan hanya Allah. Kami tidak beribadah kecuali hanya kepada-Nya, bagi-Nya nikmat, anugerah dan pujian yang baik. Tidak ada ilah (yang berhak diibadahi) melainkan hanya Allah dengan memurnikan ibadah hanya kepada-Nya meskipun orang-orang kafir tidak menyukainya."[95]

---

[94] HR. Al-Bukhari (no. 844) dan Muslim (no. 593).

[95] HR. Muslim (no. 594).

4. Mengucapkan:

سُبْحَانَ اللهِ، الْحَمْدُ لِلّٰهِ، اللهُ أَكْبَرُ

"Mahasuci Allah, segala puji bagi Allah, Allah Mahabesar."

Masing-masing diucapkan 33 kali, dan dilanjutkan:

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ

"Tidak ada ilah yang berhak diibadahi melainkan hanya Allah semata, yang tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan bagi-Nya pujian. Dan, Dia Mahakuasa atas segala sesuatu.[96]

5. Mengucapkan:

اَللّٰهُمَّ أَعِنِّيْ عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

"Ya Allah, tolonglah aku untuk berdzikir kepada-Mu, bersyukur kepada-Mu, serta beribadah dengan baik kepada-Mu."[97]

6. Mengucapkan:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَأَعُوْذُ بِكَ أَنْ أُرَدَّ إِلَى أَرْذَلِ الْعُمُرِ وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيَا وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ

---

96 HR. Muslim (no. 597).

97 HR. Abu Dawud (no. 1522) dan an-Nasai (III/53).

"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari sifat pengecut, dari dikembalikannya aku kepada umur yang paling lemah (pikun) dan fitnah dunia serta aku pun berlindung kepada-Mu dari siksa kubur."[98]

7. Mengucapkan:

رَبِّ قِنِيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ

"Ya Rabbku, lindungilah aku dari azab-Mu pada hari Engkau membangkitkan hamba-hamba-Mu."

Doa tersebut berdasarkan hadits al-Bara bin Azib ﷺ, ia menuturkan:

(كُنَّا إِذَا صَلَّيْنَا خَلْفَ رَسُوْلِ اللهِ ﷺ أَحْبَبْنَا أَنْ نَكُوْنَ عَنْ يَمِيْنِهِ، يُقْبِلُ عَلَيْنَا بِوَجْهِهِ، فَسَمِعْتُهُ يَقُوْلُ: رَبِّ قِنِيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ [تَجْمَعُ] عِبَادَكَ.)

"Apabila kami shalat di belakang Rasulullah ﷺ, kami sangat menyukai untuk berada di sebelah kanan beliau, kemudian (setelah shalat selesai) Rasul berpaling menghadap ke arah kami dan aku mendengar beliau mengucapkan doa: 'Ya Rabbku, lindungilah aku dari azab-Mu pada hari Engkau membangkitkan hamba-hamba-Mu.'"[99]

8. Membaca Al-Ikhlâsh, Al-Falaq, dan An-Nâs.

Khusus dibaca pada saat shalat Shubuh dan Maghrib. Setiap surat itu dibaca 3 kali.[100]

---

98 HR. Al-Bukhari.(no. 2822)

99 HR. Muslim (no. 709).

9. Membaca ayat Kursi[101].[102]

﴿ ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾ ﴾

Allah, tidak ada tuhan selain Dia. Yang Mahahidup, Yang terus menerus mengurus (makhluk-Nya), tidak mengantuk dan tidak tidur. Milik-Nya apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. Tidak ada yang dapat memberi syafaat di sisi-Nya tanpa izin-Nya. Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan apa yang di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui sesuatu apa pun tentang ilmu-Nya melainkan apa yang Dia kehendaki. Kursi-Nya meliputi langit dan bumi. Dan Dia tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Dia Mahatinggi, Mahabesar.

10. Setiap selesai shalat Maghrib dan shalat Shubuh membaca 10 kali:

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِيْ وَيُمِيْتُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ

---

[100] HR. Abu Dawud (no. 1523), at-Tirmidzi, dan an-Nasai (III/68).
[101] Yakni surah Al-Baqarah ayat 255.
[102] HR. An-Nasa-i dalam *'Amalul Yaum wal Lailah* (no. 100).

"Tidak ada ilah yang berhak diibadahi melainkan hanya Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya, bagi-Nya kerajaan, dan bagi-Nya segala pujian. Dialah Yang menghidupkan dan Yang mematikan. Dialah Yang Mahakuasa atas segala sesuatu."[103]

11. Bertasbih dengan tangan.

Riwayat tentang *tasbih* dengan menggunakan tangan kanan mempunyai redaksi yang bermacam-macam. Maka, sudah selayaknya mengakui keumuman dalil yang lain.

Salah satu contohnya hadits Abdullah bin Amr ﷺ , bahwa dia bertutur:

(رَأَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَعْقِدُ التَّسْبِيحَ بِيَمِيْنِهِ.)

"Aku melihat Nabi ﷺ menghitung bacaan *tasbih* dengan jari-jari tangan kanannya."[104]

12. Bacaan-bacaan di atas diucapkan ketika masih berada di tempat shalat dan tidak berpindah tempat setelah shalat.

Apabila sunnah-sunnah tersebut dikumpulkan oleh seorang muslim dengan bersungguh-sungguh dalam mengerjakannya di setiap selesai shalat wajib, maka ia telah menerapkan sekitar 55 sunnah dan terkadang bisa lebih banyak jika diterapkan pada shalat Shubuh dan shalat Maghrib.

---

103 HR. At-Tirmidzi (no. 3474).

104 HR. Abu Dawud (no. 1502) dan at-Tirmidzi (no. 3486).

Faedah dari penerapan dan menjaga sunnah-sunnah setiap selesai shalat wajib

1) Akan ditulis 500 sedekah bagi seorang muslim yang menjaga ucapan-ucapan *tasbih* di setiap selesai shalat dalam sehari semalam berdasarkan hadits Rasulullah:

((كُلُّ تَسْبِيْحَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَحْمِيْدَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَهْلِيْلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيْرَةٍ صَدَقَةٌ...))

"Setiap *tasbih* adalah sedekah, setiap *tahmid* adalah sedekah, setiap *tahlil* adalah sedekah, dan setiap *takbir* adalah sedekah..."[105]

Imam an-Nawawi رحمه الله berkata: "Ditetapkan pahala baginya."

2) Akan ditanamkan 500 pohon di dalam Surga bagi seorang muslim yang menjaga *tasbih*-nya di setiap selesai shalat dalam sehari semalam. Yang demikian itu, berdasarkan hadits Nabi ﷺ:

((أَنَّ رَسُوْلَ اللهِ ﷺ مَرَّ عَلَى أَبِيْ هُرَيْرَةَ رضي الله عنه وَهُوَ يَغْرِسُ غَرْسًا فَقَالَ: يَا أَبَا هُرَيْرَةَ، أَلَا أَدُلُّكَ عَلَى غَرْسٍ خَيْرٍ لَكَ مِنْ هٰذَا؟ قَالَ: بَلَى يَا رَسُوْلَ اللهِ، قَالَ: قُلْ سُبْحَانَ اللهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَاللهُ أَكْبَرُ، يُغْرَسُ لَكَ بِكُلِّ وَاحِدَةٍ شَجَرَةٌ فِي الْجَنَّةِ.))

[105] HR. Muslim (no. 720).

"Bahwasanya saat melewati Abu Hurairah ﷺ yang sedang menanam tanaman, Rasulullah ﷺ berkata: 'Wahai Abu Hurairah, maukah engkau kutunjukkan pada tanaman yang lebih baik daripada tanaman ini (yang engkau tanam)?' Abu Hurairah pun menjawab: 'Mau, wahai Rasulullah.' Beliau berkata: 'Katakanlah; *Subhânallâh, walhamdulillâh, wa lâ Ilâha ilallâh, wallâhu akbar*, maka akan ditanamkan bagi engkau satu pohon di dalam Surga.'"[106]

3) Bagi siapa saja yang sering membaca ayat Kursi dan selalu mempraktikkannya setiap kali selesai shalat, maka tidak ada yang menghalangi antara dia dengan Surga kecuali kematian, sehingga ia akan dimasukkan ke dalam Surga-Nya.

4) Barang siapa yang senantiasa memelihara dzikir-dzikir tersebut, maka akan dihapuskan dosa-dosanya meski kadarnya sebanyak buih di lautan. Demikian itulah sebagaimana terdapat penegasannya di dalam kitab *Shahîh Muslim*, yaitu:

(وَلَوْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ.)

"Walaupun sebanyak buih di lautan."[107]

5) Tidak ada kehinaan dan kegagalan di dunia maupun akhirat bagi siapa yang senantiasa mempraktikkan dzikir-dzikir tersebut di setiap selesai shalat.

---

106 HR. Ibnu Majah (no. 3807)). Dishahihkan oleh al-Albani dalam *Shahiih Ibni Majah* (II/320, no. 3069).

107 Lihat *Shahîh Muslim* (no. 2691).

Hal ini berdasarkan hadits:

(مُعَقِّبَاتٌ لَا يَخِيْبُ قَائِلُهُنَّ ....)

"Yang diamalkan secara rutin, tidak ada kerugian bagi orang yang mengucapkannya ...."

Lalu beliau ﷺ menyebutkan bacaan-bacaan *tasbih* tersebut.[108]

6) Sebagai penutup atas kesalahan dan kekurangan di dalam pelaksanaan ibadah-ibadah wajib.



[108] HR. Muslim (no. 596).

Yang Diucapkan Ketika Pagi Dan Sore

1. Membaca ayat Kursi:

﴿ ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى
ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ
مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ
ٱلْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾ ﴾

"Allah, tidak ada ilah selain Dia. Yang Mahahidup, Yang terus menerus mengurus (makhluk-Nya), tidak mengantuk dan tidak tidur. Milik-Nya apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. Tidak ada yang dapat memberi syafaat di sisi-Nya tanpa izin-Nya. Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan apa yang di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui sesuatu apa pun tentang ilmu-Nya melainkan apa yang Dia kehendaki. Kursi-Nya meliputi langit dan bumi. Dan Dia tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Dia Mahatinggi, Mahabesar." (QS. Al-Baqarah [2]: 255).
(Dibaca 1x setiap pagi dan sore)

Faedah

Barang siapa membaca ayat ini ketika pagi hari, maka ia dijaga dari (gangguan) jin hingga sore hari. Dan barang siapa mengucapkannya ketika sore hari, maka ia dijaga dari gangguan jin hingga pagi hari. [109]

2. Membaca surah Al-Ikhlâsh, Al-Falaq, dan An-Nâs.[110]

Faedah

Barang siapa membaca tiga surat tersebut setiap pagi dan sore hari, maka tiga surat tersebut mencukupinya dari segala sesuatu.

3. Membaca dzikir pagi dan petang.

Ketika pagi, Rasulullah ﷺ membaca:

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ
لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ،
رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هٰذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ
مَا فِيْ هٰذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ، وَسُوْءِ
الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ

[109] HR. An-Nasai, dan dishahihkan oleh al-Albani.
[110] HR. Abu Dawud (no. 5082) dan at-Tirmidzi (no. 3575).
[111] HR. Muslim (IV/2088).

"Kami memasuki waktu pagi dan kerajaan hanya milik Allah, segala puji bagi Allah. Tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan bagi-Nya pujian. Dialah Yang Mahakuasa atas segala sesuatu. Wahai Rabb, aku mohon kepada-Mu kebaikan hari ini dan kebaikan setelahnya. Aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan hari ini dan kejahatan yang setelahnya. Wahai Rabb, aku berlindung kepada-Mu dari kemalasan dan keburukan di hari tua. Wahai Rabb, aku berlindung kepada-Mu dari siksa Neraka dan siksa kubur." (Dibaca 1x)[111]

Dan ketika sore, Rasulullah ﷺ membaca:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هٰذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هٰذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ، وَسُوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ

"Kami memasuki waktu sore dan kerajaan hanya milik Allah, segala puji bagi Allah. Tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan bagi-Nya pujian. Dialah Yang Mahakuasa atas segala sesuatu.Wahai Rabb, aku mohon kepada-Mu kebaikan malam ini dan kebaikan setelahnya.

Aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan malam ini dan kejahatan setelahnya. Wahai Rabb, aku berlindung kepada-Mu dari kemalasan dan keburukan di hari tua. Wahai Rabb, aku berlindung kepada-Mu dari siksa Neraka dan siksa kubur." (Dibaca 1x)

Ketika pagi, Rasulullah ﷺ membaca:

اللّٰهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ، وَإِلَيْكَ النُّشُوْرُ

"Ya Allah, dengan rahmat serta pertolongan-Mu kami memasuki waktu pagi, dan dengan rahmat serta pertolongan-Mu kami memasuki waktu sore. Dengan rahmat serta kehendak-Mu kami hidup serta dengan rahmat dan kehendak-Mu kami mati. Dan kepada-Mu kebangkitan (bagi semua makhluk)." (Dibaca 1x)[112]

Dan ketika sore, Rasulullah ﷺ membaca:

اَللّٰهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ، وَإِلَيْكَ الْمَصِيْرُ

"Ya Allah, dengan rahmat serta pertolongan-Mu kami memasuki sore dan dengan rahmat serta pertolongan-Mu kami memasuki waktu pagi. Maka dengan rahmat serta kehendak-Mu kami hidup, dan dengan rahmat dan kehendak-Mu kami mati. Dan kepada-Mulah tempat kembali (bagi semua makhluk)." (Dibaca 1x)

---

112 HR. At-Tirmidzi, Abu Dawud (no. 5068), dan Ibnu Majah (no. 3868).

4. **Mengamalkan beberapa dzikir berikut pada pagi dan petang.**

a) **Membaca:**

اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّيْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِيْ وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْ لِيْ فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ إِلَّا أَنْتَ

"Ya Allah, Engkau adalah Rabbku, tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau, Engkaulah yang menciptakan aku. Aku adalah hamba-Mu. Aku akan setia pada perjanjianku dengan-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan yang kuperbuat. Aku mengakui nikmat-Mu yang Engkau limpahkan kepadaku dan aku mengakui dosaku. Oleh karena itu, ampunilah aku. Sesungguhnya tidak ada yang dapat mengampuni dosa kecuali Engkau."

(Dibaca setiap pagi dan sore 1x)

Faedah

Barang siapa membacanya dengan yakin di waktu sore lalu ia meninggal sebelum masuk waktu pagi, maka ia termasuk ahli Surga. Dan barang siapa membacanya dengan yakin di waktu pagi lalu ia meninggal sebelum masuk waktu sore, maka ia termasuk ahli Surga.[113]

---

113 HR. Al-Bukhari (no. 6306, 6323).

b) Membaca:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ وَمَلَائِكَتَكَ وَجَمِيْعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللهُ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيْكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُوْلُكَ

"Ya Allah, sesungguhnya aku di waktu pagi ini mempersaksikan Engkau, Malaikat yang memikul Arsy-Mu, Malaikat-Malaikat-Mu dan seluruh makhluk-Mu, bahwa sesungguhnya Engkau adalah Allah, tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau Yang Mahaesa, tidak ada sekutu bagi-Mu dan sesungguhnya Muhammad adalah hamba dan utusan-Mu."

(Dibaca 4 kali ketika pagi dan sore)[114]

Faedah

Barang siapa yang membaca doa ini ketika pagi dan sore hari sebanyak empat kali, maka niscaya Allah akan membebaskannya dari api Neraka.

Ketika sore, membaca:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَمْسَيْتُ أُشْهِدُكَ ....

"Ya Allah, sesungguhnya aku di waktu sore ini mempersaksikan Engkau ..."

[114] HR. Abu Dawud (IV/317, no. 5078), an-Nasa-i dalam *'Amalul Yaum wal Lailah* (no. 9).

c) Membaca:

اَللّٰهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِيْ مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيْكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ

"Ya Allah, nikmat yang kuterima atau diterima seseorang di antara makhluk-Mu di pagi ini adalah dari-Mu semata, sungguh tidak ada sekutu bagi-Mu, bagi-Mu segala pujian, dan kepada-Mu dipanjatkan syukur."[115]

Faedah

Barang siapa yang membacanya di pagi hari, maka sungguh ia telah bersyukur pada hari itu. Dan barang siapa yang membacanya di sore hari, maka sungguh ia telah bersyukur pada malam itu.

d) Membaca:

اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ

---

[115] HR. Abu Dawud (IV/316) dan an-Nasai dalam kitab *'Amalul Yaum wal Lailah* (no. 7).

"Ya Allah, selamatkanlah tubuhku (dari penyakit dan yang tidak aku inginkan). Ya Allah, selamatkanlah pendengaranku (dari penyakit dan maksiat atau dari apa yang tidak aku inginkan).Ya Allah, selamatkanlah penglihatanku, tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau. Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari kekufuran dan kefakiran. Aku berlindung kepada-Mu dari siksa kubur, tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau."

(Dibaca ketika pagi dan sore 3x).[116]

e) Membaca:

حَسْبِيَ اللهُ لَا إِلٰهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

"Cukuplah Allah (Yang memenuhi segala kebutuhan) untukku, tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Dia, kepada-Nya aku bertawakal, Dialah Rabb yang memiliki Arsy yang agung."

(Dibaca pada pagi dan sore 7x).[117]

Faedah

Barang siapa membaca dzikir tersebut ketika pagi dan sore sebanyak tujuh kali, maka Allah akan mencukupkan baginya seluruh perkara dunia dan akhirat yang menjadi perhatiannya.

f) Membaca:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ،

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِيْ دِيْنِيْ وَ دُنْيَايَ وَأَهْلِيْ، وَمَالِيْ،

اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِيْ وَآمِنْ رَوْعَاتِيْ، اَللّٰهُمَّ احْفَظْنِيْ مِنْ بَيْنِ

يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِيْ، وَعَنْ يَمِيْنِيْ وَعَنْ شِمَالِيْ، وَمِنْ فَوْقِيْ، وَأَعُوْذُ

بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِيْ

"Ya Allah, sesungguhnya aku memohon pengampunan dan keselamatan di dunia dan akhirat.

Ya Allah, sesungguhnya aku memohon pengampunan dan keselamatan dalam agama, dunia, keluarga, serta harta-bendaku.

Ya Allah, tutupilah auratku (yakni aibku dan sesuatu yang tidak layak dilihat orang) dan berilah aku rasa aman dari ketakutan.

Ya Allah, peliharalah aku dari depan, belakang, kanan, kiri dan atasku. Aku berlindung dengan kebesaran-Mu supaya aku tidak disambar dari bawahku (dibenamkan ke dalam bumi.)"

(Dibaca setiap pagi dan sore 1x).[118]

---

116 HR. Abu Dawud (no. 5090) dan Ahmad (V/42).

117 HR. Ibnus Sunni (no. 71) secara *marfu'*, Abu Dawud (IV/321) secara *mauquf*.

118 HR. Abu Dawud (no. 5074) dan Ibnu Majah (no. 3871).

g) Membaca:

اَللّٰهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِيْ سُوْءًا أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ

"Ya Allah Yang Mahamengetahui perkara yang ghaib dan yang nyata, wahai Rabb Pencipta langit dan bumi, Rabb atas segala sesuatu dan Yang merajainya. Aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau. Aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan diriku, syaitan dan sekutunya, (aku berlindung kepada-Mu) dari berbuat keburukan atas diriku atau mendorong seorang muslim kepadanya." (Dibaca setiap pagi dan sore 1x).[119]

h) Membaca:

بِسْمِ اللهِ الَّذِيْ لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ

"Dengan menyebut nama Allah yang tidak akan ada bahaya atas Nama-Nya sesuatu pun di bumi dan tidak pula di langit. Dialah Yang Maha Mendengar dan Maha Mengetahui." (Dibaca ketika pagi dan sore 3x).[120]

---

119 HR. At-Tirmidzi (no. 3392) dan Abu Dawud (no. 5267).

120 HR. At-Tirmidzi (no. 3388), Abu Dawud (no. 5088), Ahmad (no. 446, 476), dan Ibnu Majah (no. 3869).

i) Membaca:

رَضِيْتُ بِاللهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِيْنًا، وَبِمُحَمَّدٍ ﷺ نَبِيًّا

"Aku rela Allah sebagai Rabb, Islam sebagai agama dan Muhammad ﷺ sebagai Nabi (yang diutus oleh Allah)."
(Dibaca ketika pagi dan sore 3x).[121]

> **Faedah**
>
> Barang siapa membacanya sebanyak tiga kali ketika pagi dan sore, maka Allah akan memberikan keridhaan-Nya kepadanya pada hari Kiamat.

j) Membaca:

يَاحَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِيْ
إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ

"Wahai Rabb Yang Mahahidup, Wahai Rabb Yang berdiri sendiri, dengan rahmat-Mu aku minta pertolongan, perbaikilah segala urusanku dan jangan diserahkan kepadaku meski sekejap mata pun (tanpa mendapat pertolongan dari-Mu)."
(Dibaca setiap pagi dan sore 1x).[122]

---

121 HR. Ahmad (IV/337), Abu Dawud (no. 5072), at-Tirmidzi (no. 3386), dan an-Nasa-i.

122 HR. Al-Hakim (I/545). Al-Hakim menshahihkannya, dan adz-Dzahabi pun menyetujuinya..

k) **Membaca:**

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ وَعَلَى مِلَّةِ أَبِيْنَا إِبْرَاهِيْمَ حَنِيْفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ

"Di waktu pagi kami berada di atas fitrah agama Islam, kalimat ikhlas, agama Nabi kami Muhammad ﷺ, dan agama nenek moyang kami, Ibrahim, yang berdiri di atas jalan yang lurus, berserah diri (kepada Allah)dan tidak tergolong orang-orang yang musyrik."

(Dibaca 1x.).[123]

Dan ketika sore, Rasulullah membaca:

أَمْسَيْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ وَعَلَى مِلَّةِ أَبِيْنَا إِبْرَهِيْمَ حَنِيْفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ

"Di waktu sore kami berada di atas fitrah agama Islam, kalimat ikhlas, agama Nabi kami Muhammad ﷺ, dan agama nenek moyang kami, Ibrahim, yang berdiri di atas jalan yang lurus, berserah diri (kepada Allah) dan tidak tergolong orang-orang yang musyrik."

(Dibaca 1x)

---

123 HR. Ahmad (III/406-407, V/123).

l) Membaca:

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ

"Mahasuci Allah, aku memuji-Nya."
(Dibaca setiap pagi dan sore 100x).[124]

Faedah

Barang siapa membacanya 100x pada pagi dan petang, niscaya tidak ada seorang pun datang pada hari Kiamat dengan membawa sesuatu yang lebih utama dari apa yang dibawanya kecuali orang yang mengucapkannya seperti apa yang diucapkannya atau melebihinya.

Selain itu, orang yang mengucapkannya akan dihapus dosa-dosanya walaupun sebanyak buih di lautan.[125]

m) Membaca:

لَاإِلٰهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ

"Tidak ada ilah yang berhak diibadahi selain Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Bagi-Nya kerajaan dan bagi-Nya segala puji. Dia Mahakuasa atas segala sesuatu."
(Dibaca setiap pagi 100x)[126]

---

124 HR. Muslim (IV/2071, no. 2691).
125 HR. Muslim (no. 2691).
126 HR. Al-Bukhari (IV/95) dan Muslim (IV/2071).

Faedah

Barang siapa yang mengucapkannya 100x dalam sehari, maka baginya pahala seperti memerdekakan sepuluh budak, ditulis baginya seratus kebaikan, dihapus baginya seratus keburukan, baginya perlindungan dari syaitan pada hari itu hingga sore hari.

n) Membaca:

أَسْتَغْفِرُ اللهَ وَأَتُوْبُ إِلَيْهِ

"Aku memohon ampunan kepada Allah dan bertaubat kepada-Nya." (Dibaca setiap hari 100x).[127]

o) Membaca:

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا

"Ya Allah, sesungguhnya aku meminta kepada-Mu ilmu yang bermanfaat, rezeki yang baik, dan juga amalan yang diterima." (Dibaca ketika pagi, sesudah shalat Shubuh, 1x)[128]

p) Membaca:

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ

[127] HR. Al-Bukhari (11/101) dan Muslim (IV/2075).
[128] HR. Ibnu Majah (no. 925), Ahmad (VI/294, 305, 318, 322), dan Ibnus Sunni dalam *'Amalul Yaum wal Lailah* (no. 102). Lihat *Shahîh Ibni Majah* (no. 753).

"Mahasuci Allah, aku memuji-Nya sebanyak makhluk-Nya, sesuai keridhaan-Nya, seberat timbangan Arsy-Nya, dan sebanyak tinta tulisan kalimat-Nya."
(Dibaca ketika pagi 3x).[129]

q) Membaca:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna, dari kejahatan makhluk yang diciptakan-Nya."
(Dibaca ketika sore 3x).[130]

Setiap kali mengucapkan dzikir-dzikir tersebut dalam rangka menerapkan sunnah, maka sudah selayaknya bagi setiap muslim agar selalu memelihara seluruh dzikir ini, baik tatkala ia mendapati waktu waktu pagi maupun waktu petang atau sore hari.

Istiqamahlah atau bersikap tekunlah dalam hal ini hingga mendapatkan besarnya kadar penerapan amalan sunnah tersebut.

Sudah selayaknya pula bagi seorang muslim untuk mengucapkan dzikir-dzikir tersebut dengan ikhlas, dan dengan penuh kejujuran, keyakinan yang mendalam, dan dapat benar-benar menghayati makna hingga mampu memberi pengaruh dalam realitas kehidupan, akhlak, maupun perangainya.

---

[129] HR. Muslim (IV/2090).
[130] HR. Ahmad (II/290), at-Tirmidzi, dan Ibnu Majah..

Sunnah-Sunnah Ketika Bertemu Orang Lain

1. Mengucapkan salam.

Berdasarkan hadits:

((أَنَّ رَجُلًا سَأَلَ رَسُوْلَ اللهِ ﷺ: أَيُّ الْإِسْلَامِ خَيْرٌ؟ قَالَ: تُطْعِمُ الطَّعَامَ وَتَقْرَأُ السَّلَامَ عَلَى مَنْ عَرَفْتَ وَمَنْ لَمْ تَعْرِفْ.))

"Bahwasanya seseorang bertanya kepada Rasulullah ﷺ: 'Amalan apakah yang terbaik di dalam Islam?' Rasulullah menjawab: 'Memberikan makanan dan mengucapkan salam kepada orang muslim yang engkau kenal maupun yang tidak engkau kenal.'"[131]

((عَنْ عِمْرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ: السَّلَامُ عَلَيْكُمْ، فَرَدَّ عَلَيْهِ السَّلَامَ ثُمَّ جَلَسَ، قَالَ النَّبِيُّ: ((عَشْرٌ)) ثُمَّ جَاءَ آخَرُ، فَقَالَ: السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ، فَرَدَّ عَلَيْهِ فَجَلَسَ، فَقَالَ: ((عِشْرُوْنَ))، ثُمَّ جَاءَ آخَرُ فَقَالَ: السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُهُ، فَرَدَّ عَلَيْهِ فَجَلَسَ، فَقَالَ: [ثَلَاثُوْنَ].))

131 HR. Al-Bukhari (no. 12, 28, 6236) dan Muslim (no. 39).

"Dari Imran bin Hushain ﷺ, ia bercerita: 'Seorang laki-laki datang kepada Rasulullah, dan dia berkata: '*Assalâmu 'alaikum,*' maka Rasulullah menjawab salam atasnya, dan kemudian dia duduk. Rasulullah berkata: 'Sepuluh.' Selanjutnya datang orang yang lain, lalu dia berkata: '*Assalâmu 'alaikum warahmatullâh.*' Beliau menjawabnya, dan kemudian dia duduk. Beliau berkata: 'Dua puluh.' Lantas, datang orang yang lain lagi, lalu dia berkata: '*Assalâmu 'alaikum warahmatullâh wabarakâtuh.*' Nabi pun berkata: 'Tiga puluh.'"[132]

Lihatlah, wahai saudaraku, semoga Allah ﷻ selalu menjagamu, berapakah pahala yang hilang dari diri seseorang yang hanya merasa cukup dengan sebagian dari (lafazh) salam karena enggan untuk menyempurnakan (lafazh) salam tersebut. Padahal, dia pantas untuk mendapatkan 30 kebaikan apabila ia menyempurnakannya. Sedangkan nilai kebaikan yang ada sekurang-kurangnya 10 kebaikan, maka apabila dikumpulkan akan menjadi 300 kebaikan dan terkadang dapat berlipat ganda.

Wahai saudaraku yang tercinta, biasakanlah lisanmu untuk senantiasa menyempurnakan lafazh salam tersebut hingga sempurna pada lafazh '*wabarakaatuh*', semata-mata untuk mendapatkan pahala yang agung.

Seorang muslim mengucapkan salam berkali-kali dalam sehari semalam, yaitu ketika memasuki masjid memberi salam kepada orang-orang yang hendak shalat, begitu juga ketika mereka saling berpisah, dan ketika akan masuk dan keluar rumah.

---

[132] HR. Abu Dawud (no. 5195), dan dihasankan oleh at-Tirmidzi (no. 2689).

Wahai saudaraku...

Janganlah lupa bahwa hal yang termasuk sunnah adalah mengucapkan salam secara sempurna bagi siapa saja yang menghendaki untuk berpisah dari temannya.

Anjuran tersebut berdasarkan hadits dari Rasulullah, bahwasanya beliau bersabda:

((إِذَا انْتَهَى أَحَدُكُمْ إِلَى الْمَجْلِسِ فَلْيُسَلِّمْ، فَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَقُوْمَ فَلْيُسَلِّمْ فَلَيْسَتِ الْأُوْلَى بِأَحَقَّ مِنَ الآخِرَةِ.))

"Apabila salah seorang di antara kalian tiba di suatu majelis, hendaklah memberi salam, dan apabila akan meninggalkan majelis, hendaklah memberi salam yang pertama tidak lebih berhak dari yang terakhir."[133]

Jika sunnah mengucapkan salam ketika masuk dan keluar dari masjid dan dari rumah dikumpulkan, maka akan didapatkan tidak kurang dari 20 sunnah.

Bahkan terkadang jumlahnya bertambah banyak lagi ketika seorang muslim keluar atau pergi dari rumah dan hendak bekerja, lalu berjumpa dengan orang lain di jalan, juga akan bertambah ketika berbicara lewat telepon.

2. Bermuka manis.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((لَا تَحْقِرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوْفِ شَيْئًا وَلَوْ أَنْ تَلْقَى أَخَاكَ بِوَجْهٍ طَلْقٍ.))

---

[133] HR. Abu Dawud (no. 5208) dan at-Tirmidzi (no. 2707).

"Janganlah engkau meremehkan perbuatan kebaikan dari sesuatu apa pun, walaupun sekadar menyambut saudaramu dengan muka yang manis."[134]

3. Berjabat tangan.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((مَا مِنْ مُسْلِمَيْنِ يَلْتَقِيَانِ فَيَتَصَافَحَانِ إِلَّا غُفِرَ لَهُمَا قَبْلَ أَنْ يَتَفَرَّقَا.))

"Tidaklah dua orang muslim saling bertemu lalu keduanya berjabat tangan, melainkan diampunkan dosa keduanya sebelum keduanya saling berpisah."[135]

Imam an-Nawawi رحمه الله berkata: "Ketahuilah, bahwa *mushafahah* (berjabat tangan) sangat dianjurkan untuk dilakukan kepada sesama muslim pada saat setiap kali pertemuan keduanya."

Wahai, saudaraku yang mulia ...

Bersungguh-sungguhlah untuk senantiasa menjabat tangan saudaramu ketika bertemu dengannya sambil mengucapkan salam kepadanya, dan hendaklah engkau menyambutnya ramah, juga memberi senyuman ramah pada wajah.

Dengan berbuat demikian, terdapat tiga sunnah dalam penggambaran di atas yang diterapkan seorang muslim sekaligus pada satu kesempatan.

---

[134] HR. Muslim (no. 2626).

[135] HR. Abu Dawud (no. 5212), at-Tirmidzi (no. 2726), dan Ibnu Majah (no. 3703).

4. Kata-kata yang baik.

Allah ﷻ berfirman:

﴿ وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنزَغُ بَيْنَهُمْ ۚ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا ﴿٥٣﴾ ﴾

"Dan katakanlah kepada hamba-hamba-Ku: 'Hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang lebih baik (benar). Sungguh, syaitan itu (selalu) menimbulkan perselisihan di antara mereka. Sungguh, syaitan adalah musuh yang nyata bagi manusia.'" (QS Al-Isra' [17]: 53)

Rasulullah ﷺ bersabda:

((وَالْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ صَدَقَةٌ.))

"Perkataan yang baik adalah sedekah."[136]

Kalimat yang baik meliputi dzikir, doa, salam, sanjungan tulus, akhlak terpuji, dan tingkah laku baik. Bagi manusia ia merupakan amalan yang bisa memikat, melapangkan, dan menenagkan hati. Ia adalah cerminan hati mukmin baik berupa cahaya, hidayah, dan taufik.

Wahai saudaraku yang mulia, apa terpikir olehmu tentang seluruh umur hidupmu dari pagi hingga sore untuk senantiasa diwarnai dengan kata-kata yang baik. Yakni baik saat bergaul dengan istrimu, anak-anakmu, tetanggamu, sahabat, teman, atau pembantumu; maka seluruhnya mesti dihiasi dengan kata-kata yang baik.

---

136 HR. Al-Bukhari (no. 2891, 2989) dan Muslim (no. 1009).

Sunnah-Sunnah Ketika Makan

1. Sunnah-sunnah sebelum makan.

a) *Tasmiyah* (membaca *bismillaah* tanpa ada tambahan *ar-Rahmânir Rahîm*).

b) Makan dengan tangan kanan.

c) Terlebih dahulu makan makanan yang terdekat atau yang paling mudah dijangkau.

Tiga sunnah tersebut dalilnya terdapat dalam satu hadits, yaitu:

((يَا غُلَامُ سَمِّ اللهَ وَكُلْ بِيَمِيْنِكَ وَكُلْ مِمَّا يَلِيْكَ.))

"Wahai anak muda, ucapkanlah '*Bismillâh*', makanlah dengan tangan kanan dan makanlah apa yang ada di dekatmu."[137]

d) Membersihkan makanan yang terjatuh, kemudian memakannya.

Berdasarkan hadits:

((إِذَا سَقَطَتْ مِنْ أَحَدِكُمُ اللُّقْمَةُ فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذًى ثُمَّ لِيَأْكُلْهَا.))

[137] HR. Muslim (no. 2022).

"Apabila sesuap makanan dari salah seorang di antara kalian terjatuh, maka bersihkanlah bagian yang kotor, kemudian makanlah."[138]

e) Makan dengan tiga ruas jari

Berdasarkan hadits:

((كَانَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ أَصَابِعَ.))

"Rasulullah ﷺ biasa makan dengan menggunakan tiga ruas jari."[139]

Inilah keumuman dari perilaku Rasulullah ﷺ.

Yang demikian itu, yakni makan dengan tiga jari, adalah perbuatan yang lebih utama dilakukan manusia menurut ajaran Islam.

Akan tetapi, apabila ada kepentingan lain yang erat kaitannya dengan situasi dan kondisi, seperti makanan yang terhidang berkuah, maka tidaklah mengapa tidak menerapkan sunnah ini.

Cara duduk ketika makan

Yaitu, duduk di atas kedua lutut dan punggung kedua telapak kaki atau kaki kanan ditegakkan dan duduk di atas kaki kiri. Sikap duduk ini sangat dianjurkan sebagaimana disebutkan oleh al-Hafizh Ibnu Hajar رحمه الله di dalam kitab *Fat-hul Bâri*.

---

138 HR. Muslim (no. 2033).
139 HR. Muslim (no. 2032).

2. Sunnah-sunnah setelah makan.

Sedangkan sunnah-sunnah setelah makan antara lain sebagai berikut:

a) Memakan sisa makanan yang terdapat di piring dan menjilati jari-jemari.

Rasulullah ﷺ memerintahkan kaum muslimin agar memakan sisa makanan yang terdapat di piring, dan agar mereka menjilati jari-jemari setelah menyantap makanan apa pun.

Demikianlah yang dianjurkan atau disunnahkan oleh beliau, sebagaimana sabdanya:

((إِنَّكُمْ لَا تَدْرُوْنَ فِيْ أَيِّهِ الْبَرَكَةُ.))

"Sesungguhnya kalian tidak mengetahui di bagian manakah dari makanan itu yang mengandung berkah.'"[140]

b) Membaca *alhamdulillâh* setelah makan.

Anjuran mengucapkan hamdalah ini didasarkan pada hadits Rasulullah:

((إِنَّ اللهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا.))

"Sesungguhnya Allah ridha kepada setiap orang yang makan makanan, lalu ia memuji Allah (yakni dengan mengucapkan *alhamdulillâh*) atas makanan tersebut."[141]

---

[140] HR. Muslim (no. 2033).
[141] HR. Muslim (no. 2734).

Nabi berdoa setelah makan dengan mengucapkan:

الْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ أَطْعَمَنِيْ هٰذَا وَرَزَقَنِيْهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّيْ وَلَا قُوَّةٍ

"Segala puji bagi Allah yang telah memberikan makanan ini kepadaku dan yang telah memberi rezeki kepadaku tanpa daya dan kekuatan dariku."[142]

Jika sunnah-sunnah tersebut dikumpulkan, yaitu seorang muslim mempraktikkannya saat makan, maka terdapat tidak kurang dari 15 sunnah yang didapatkan.

Hal ini dengan asumsi apabila seseorang senantiasa makan 3 kali dalam sehari semalam. Itulah yang terjadi pada kebanyakan manusia dan terkadang bertambah lagi jumlah praktik sunnah tersebut apabila terdapat makanan ringan selain yang 3 kali dalam sehari semalam itu.



---

142 HR. Abu Dawud (no. 4023), at-Tirmidzi (no. 3458), Ibnu Majah (no. 3285), Ibnus Sunni (no. 467), Ahmad (III/439), dan al-Hakim (I/507, IV/192).

Sunnah-Sunnah Ketika Minum

1. *Tasmiyah* (mengucapkan *bismillâh*).
2. **Minum dengan tangan kanan.**

Berdasarkan hadits:

((يَا غُلَامُ سَمِّ اللهَ وَكُلْ بِيَمِيْنِكَ.))

"Wahai anak kecil, bacalah *bismillâh* dan makanlah dengan tangan kanan."[143]

3. **Bernapas di luar gelas ketika minum air, atau tidak mengembuskan napas ke dalam gelas.**

Yaitu meneguk minuman dalam gelas sebanyak tiga kali (teguk) bukan sekali teguk. Hal ini berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((عَنْ أَنَسٍ رضي الله عنه قَالَ: كَانَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ يَتَنَفَّسُ فِي الشَّرَابِ ثَلَاثًا، يَعْنِي: يَتَنَفَّسُ خَارِجَ الْإِنَاءِ.))

Anas bin Malik رضي الله عنه berkata: "Rasulullah bernapas sampai tiga kali jika minum," yaitu bernapas di luar gelas.[144]

---

143 HR. Al-Bukhari (no. 5376) dan Muslim (no. 2022).
144 HR. Muslim (no. 2028).

4. Minum sambil duduk.

Berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((لَا يَشْرَبَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ قَائِمًا.))

"Janganlah salah seorang di antara kalian minum sambil berdiri."[145]

5. Mengucapkan *alhamdulillâh* setelah minum.

Berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((إِنَّ اللهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرَبَ الشُّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا.))

"Sesungguhnya Allah senang sekali (ridha) kepada orang yang makan makanan, lalu ia memuji Allah (mengucapkan *alhamdulillâh*) atas makanan tersebut dan orang yang meminum minuman, lalu ia kembali memuji Allah atas minuman tersebut."[146]

Apabila sunnah-sunnah tersebut akan dikumpulkan, di mana seorang muslim mempraktikkannya dengan sungguh-sungguh ketika minum, maka terdapat tidak kurang dari 20 sunnah, dan terkadang dapat bertambah banyak lagi. Yang demikian itu meliputi jenis minuman apa pun, baik yang panas maupun yang dingin. Bagi sebagian orang yang lalai terhadap praktik sebagian dari sunnah-sunnah ketika minum tersebut, maka selayaknya ia lebih memperhatikan hal itu.

---

[145] HR. Muslim (no. 2026).
[146] HR. Muslim (no. 2734).

Mengerjakan Shalat Sunnah Di Rumah

Rasulullah ﷺ bersabda:

((إِنَّ خَيْرَ صَلَاةِ الْمَرْءِ فِي بَيْتِهِ إِلَّا الصَّلَاةَ الْمَكْتُوْبَةَ.))

"Sebaik-baik shalat seseorang adalah di rumahnya, kecuali shalat wajib."[147]

Rasulullah ﷺ bersabda:

((صَلَاةُ الرَّجُلِ تَطَوُّعًا حَيْثُ لَا يَرَاهُ النَّاسُ تَعْدِلُ صَلَاتَهُ عَلَى أَعْيُنِ النَّاسِ خَمْسًا وَعِشْرِيْنَ.))

"Shalat sunnah (yang dikerjakan) seseorang, di mana dia tidak dilihat manusia, maka shalatnya setara atau sebanding dengan 25 ganjaran ketika dilihat manusia."[148]

Sunnah-sunnah tersebut berulang kali terjadi dalam keseharian seorang muslim, baik berupa shalat-shalat sunnah Rawatib, shalat sunnah Dhuha, maupun shalat sunnah Witir. Dan setiap shalat sunnah tersebut harus diusahakan untuk dipraktikkan di rumah, sehingga akan memperoleh pahala yang sangat besar dan dalam rangka mempraktikkan sunnah Nabi.

---

147 *Muttafaq 'alaih*: HR. Al-Bukhari (no. 731, 6113, 7290) dan Muslim (no. 781).
148 HR. Abu Ya'la, dan dishahihkan oleh Syaikh al-Albani.

Faedah Mengerjakan Shalat Sunnah di Rumah

1) Shalat sunnah yang dikerjakan di rumah itu adalah sebagai sebab sempurnanya kekhusyuan, ikhlas, dan jauh dari riya.
2) Shalat sunnah yang dikerjakan di rumah sebagai sebab diturunkannya rahmat Allah dan juga sebab keluarnya syaitan dari rumah.
3) Shalat sunnah yang dikerjakan di rumah merupakan sebab dilipatgandakannya pahala (shalat sunnah), seperti dilipatgandakannya pahala shalat wajib yang dikerjakan di masjid.



Sunnah Setelah Selesai Dari Majelis

Membaca doa *kaffâratul majlis*, yaitu:

سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوْبُ إِلَيْكَ

"Mahasuci Engkau, ya Allah, aku memuji-Mu, dan aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau, aku minta ampun dan aku bertaubat kepada-Mu."[149]

Banyak sekali majelis yang seorang muslim duduk di dalamnya dalam sehari semalam.

Berikut ini penjelasan tentang banyaknya majelis yang dapat diikuti:

1) Ketika makan dalam sehari semalam sebanyak tiga kali, maka pastilah engkau akan berbincang-bincang dengan teman dudukmu.
2) Sewaktu engkau melihat salah satu temanmu atau tetanggamu, kemudian engkau berbicara dengannya walaupun posisimu saat itu dalam keadaan berdiri.

---

149 HR. At-Tirmidzi (no. 3433), an-Nasai (no. 403), dan Ahmad (VI/77).

3) Ketika engkau duduk-duduk bersama teman dan sahabatmu, sementara engkau sedang berada dalam lingkungan kerja atau di bangku kuliah.
4) Pada saat engkau duduk-duduk bersama istri dan anak-anakmu, pasti engkau saling berbincang-bincang bersama mereka.
5) Ketika engkau sedang berada di kendaraan dalam perjalanan bersama istri atau temanmu.
6) Ketika engkau sedang menghadiri ceramah atau perkuliahan.

Maka lihatlah, wahai saudaraku, semoga Allah ﷻ senantiasa menjagamu. Berapa banyakkah yang sudah engkau ucapkan tentang dzikir tersebut dalam sehari semalam, yang senantiasa menjadi bukti adanya hubungan yang baik antara hamba dengan Allah?

Berapa kali engkau memuji Rabb, mensucikan-Nya dari apa-apa yang tidak pantas disandang oleh Dia, dan mengagungkan *asma'* (nama-nama) Allah, saat engkau mengucapkan: سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ "Mahasuci Engkau, ya Allah, dan segala puji bagi-Mu."

Berapa kalikah engkau sudah memperbarui taubat dan *istighfar*-mu kepada Allah dalam sehari semalam dari apa-apa yang engkau alami dalam suatu majelis, ketika engkau mengucapkan dzikir: أَسْتَغْفِرُ اللهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ "Aku meminta ampun kepada Allah dan aku bertaubat kepada-Nya."

Berapa kalikah engkau mengakui (meyakini) Allah dengan mengesakan-Nya, baik dalam *Rububiyyah*-Nya, *Uluhiyyah*-Nya, dan dalam Asma' dan sifat-Nya, ketika engkau mengucapkan: أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ "Aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau."

Maka di sepanjang harimu, engkau akan senantiasa mentauhidkan Allah, mensucikan-Nya, beristighfar dan bertaubat kepada-Nya dari apa-apa yang telah engkau perbuat selama ini.

Faedah

Mengamalkan sunnah ini akan menjadi penghapus dosa-dosa dan kesalahan-kesalahan yang terjadi di dalam majelis.

Ibnul Qayyim berkata: "Pertemuan dengan sesama saudara ada dua macam, yaitu:

1) Pertemuan yang diadakan dalam rangka hura-hura, bersuka ria, dan hiburan yang biasanya menghabiskan waktu dengan sia-sia. Pertemuan semacam ini lebih banyak mudharat daripada manfaatnya. Dampak buruk terkecil yang bisa ditimbulkan olehnya ialah rusaknya hati dan habisnya waktu.
2) Pertemuan yang diadakan dalam rangka *ta'awun* (tolong-menolong) untuk hal-hal yang mengandung keselamatan, dan saling menasihati dalam kebenaran, maka pertemuan semacam inilah yang mempunyai faedah yang besar dan paling bermanfaat."

Menghadirkan Niat Yang Benar

Ketahuilah, wahai saudaraku—semoga Allah ﷻ selalu menjagamu—bahwa seluruh amalan-amalan yang *mubah* (boleh) engkau lakukan: tidur, makan, mencari rezeki, dan amalan yang lain bernilai ibadah dan bisa menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Sehingga, dengan sebab itu, engkau memperoleh 1000 kebaikan; dengan syarat, ketika melakukannya engkau meniatkan semua amalam tersebut semata-mata untuk mendekatkan diri kepada Rabb semesta alam.

Rasulullah ﷺ bersabda:

((إِنَّمَا ٱلأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى ....))

"Sesungguhnya amalan itu tergantung dengan niatnya. Dan setiap orang tergantung apa yang diniatkannya ...."[150]

Misalnya, seseorang yang meniatkan tidur lebih awal agar dapat bangun untuk menunaikan shalat malam atau shalat Shubuh berjamaah, maka tidurnya dengan niat baik tersebut termasuk ibadah.

Demikian pula amalan lain yang semisalnya.

---

150 HR. Al-Bukhari (no. 1, 53, 2529, 3898) dan Muslim (no. 1901).

Memanfaatkan Waktu Untuk Banyak Beribadah

Kemampuan memanfaatkan satu waktu untuk bisa mengerjakan banyak ibadah hanyalah diketahui oleh orang-orang yang senantiasa menjaga waktunya.

Berikut beberapa contoh penerapan nyatanya dalam kehidupan sehari-hari:

1) Jika seorang muslim pergi menuju masjid dengan berjalan kaki atau berkendaraan, maka kepergiannya termasuk ibadah yang akan mendapatkan ganjaran. Namun, hal tersebut masih memungkinkan baginya untuk lebih memanfaatkan waktu ketika berjalan ke masjid, yakni dengan banyak berdzikir kepada Allah atau membaca al-Qur-an, maka dengan hal itu berarti ia telah bisa memanfaatkan satu waktu untuk mengerjakan banyak ibadah.

2) Setiap muslim hendaklah menghadiri jamuan pesta yang di dalamnya tidak terkandung kemungkaran, maka kehadirannya ini dinilai ibadah. Lebih dari itu, hal ini masih memungkinkan baginya untuk lebih memanfaatkan waktunya ketika bersenang-senang di acara tersebut dengan berdakwah atau mengajak teman-temannya untuk mau mengikuti syariat Islam.

Misalnya, mengingatkan tentang cara makan yang disunnahkan oleh Rasulullah ﷺ yaitu makan dengan mengucapkan *bismillâh*, makan dengan tangan kanan, makan dalam posisi duduk, berdoa setelah makan, ataupun memperbanyak dzikir kepada Allah)

3) Seorang wanita yang mengerjakan pekerjaan rumah, yang sebenarnya perbuatan tersebut termasuk ibadah jika diniatkan demi mendekatkan diri kepada-Nya, maka dia pun dapat lebih memanfaatkan waktunya dengan ibadah yang lain, seperti dzikir kepada Allah atau mendengar kaset Islami (ceramah atau muratal), dan lain-lain.

Diriwayatkan dari Ibnu Umar رضي الله عنهما, ia berkata:

(إِنْ كُنَّا لَنَعُدُّ لِرَسُوْلِ اللهِ فِي الْمَجْلِسِ الْوَاحِدِ مِائَةَ مَرَّةٍ:
رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيْمُ.)

"Sesungguhnya kami benar-benar menghitung dzikir Rasulullah dalam satu kali majelis (pertemuan), bahwa beliau mengucapkan 100 kali istighfar dalam majelis: 'Ya Rabbku, ampunilah aku, dan terimalah taubatku. Sesungguhnya Engkaulah Maha Penerima taubat."[151]

Maka, renungkanlah bagaimana Nabi Muhammad mengambil satu waktu untuk dua macam ibadah, yaitu berdzikir dan beristighfar kepada-Nya, dan duduk-duduk bersama para Sahabat dalam rangka mengajarkan mereka tentang permasalahan agama.

---

[151] HR. Abu Dawud (no. 1516) dan at-Tirmidzi (no. 3434). At-Tirmidzi berkata: "Hadits ini shahih."

Berdzikir Kepada Allah Pada Setiap Waktu

Berikut beberapa keutamaan berdzikir kepada Allah:

1) Dzikir kepada Allah adalah asas ibadah kepada-Nya, karena sesungguhnya dzikir kepada-Nya adalah cara berhubungan seorang hamba dengan Sang Pencipta pada setiap waktu dan keadaan.

   Dari Aisyah ﵂, ia berkata:

   (كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَذْكُرُ اللهَ عَلَى كُلِّ أَحْيَانِهِ.)

   "Nabi ﷺ senantiasa menyebut asma Allah (berdzikir) pada setiap waktu beliau."[152]

   Apabila seseorang selalu berdzikir kepada Allah, maka hal itu menjadikan kehidupan semakin terasa hidup.

   Berlindung kepada al-Khaliq ﷻ dengan cara berdzikir menyebabkan keselamatan, menghadirkan kedekatan hati kepada-Nya, serta memperoleh kemenangan dan keridhaan-Nya.

   Sedangkan jauh dari Allah karena lalai dalam berdzikir dan banyak berbuat maksiat menyebabkan kesesatan dan kerugian di akhirat.

---

[152] HR. Muslim (no. 373).

2) Dzikir kepada Allah adalah pembeda antara orang mukmin dan orang munafik, karena sifat umumnya orang-orang munafik hanya mau sedikit berdzikir, sebagaimana difirmankan oleh-Nya:

﴿إِنَّ ٱلْمُنَٰفِقِينَ يُخَٰدِعُونَ ٱللَّهَ وَهُوَ خَٰدِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوٓا۟ إِلَى ٱلصَّلَوٰةِ قَامُوا۟ كُسَالَىٰ يُرَآءُونَ ٱلنَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ ٱللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿١٤٢﴾﴾

"Sesungguhnya orang munafik itu hendak menipu Allah, tetapi Allahlah yang menipu mereka. Apabila mereka berdiri untuk salat, mereka lakukan dengan malas. Mereka bermaksud ria (ingin dipuji) di hadapan manusia. Dan mereka tidak mengingat Allah kecuali sedikit sekali." (QS. An-Nisâ' [4]: 142.

3) Syaitan tidak dapat menggoda manusia yang tidak lalai dari berdzikir kepada Allah. Dzikir kepada-Nya diibaratkan seperti benteng kokoh yang melindungi umat manusia dari tipu daya syaitan. Sungguh, syaitan senantiasa senang akan kelalaian manusia dari dzikir kepada Allah ini.

4) Dzikir kepada-Nya adalah jalan menuju kebahagiaan. Allah ﷻ berfirman:

﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ ٱللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾﴾

"(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." (QS. Ar-Ra'd [13]: 28)

5) Dzikir harus dilakukan secara rutin, terus-menerus, karena tidaklah penduduk Surga itu bersedih akan sesuatu kecuali terhadap waktu yang mereka lewati di dunia, yang tidak dipergunakan untuk senantiasa berdzikir kepada Allah. Sungguh, rutinitas dalam berdzikir mencerminkan suatu bukti hubungan yang baik kepada Allah.

   Imam an-Nawawi رحمه الله menjelaskan: "Para ulama telah sepakat tentang bolehnya berdzikir dengan hati dan lisan bagi orang-orang yang sedang bercakap-cakap, bagi orang yang sedang junub, bagi perempuan yang sedang haidh, dan bagi wanita yang mengalami nifas. Sehingga, mereka diperbolehkan mempraktikkan dzikir baik berupa tasbih, tahmid, takbir, tahlil, dan shalawat kepada Nabi, maupun doa-doa yang bukan termasuk bacaan al-Qur-an."

6) Barang siapa yang senantiasa mengingat Allah, maka Allah akan mengingatnya.

   Dia تعالى berfirman:

   ﴿ فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾ ﴾

   "Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku." (QS. Al-Baqarah [2]: 152)

Seseorang pasti senang sekali ketika seorang raja menyebut-nyebut dan memuji-mujinya di hadapan khalayak ramai. Maka bagaimana pula apabila yang menyebut-nyebutnya itu Allah, Raja Diraja, yakni di hadapan para Malaikat yang senantiasa berdzikir kepada-Nya?

7) Maksud dzikir kepada-Nya tidak sekadar bergumam terus-menerus dengan lafazh dzikir (seperti suara lebah) sedang hatinya lalai dan tertutup atas pengagungan dan ketaatan kepada Allah. Maka itulah, dzikir dengan lisan harus diiringi konsentrasi dan berpengaruh dalam hati terhadap makna kata-kata atau lafazh dzikirnya. Allah ﷻ berfirman:

﴿ وَٱذْكُر رَّبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ ٱلْجَهْرِ مِنَ ٱلْقَوْلِ بِٱلْغُدُوِّ وَٱلْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ ٱلْغَٰفِلِينَ ﴿٢٠٥﴾ ﴾

"Dan ingatlah Rabbmu dalam hatimu dengan rendah hati dan rasa takut, dan dengan tidak mengeraskan suara, pada waktu pagi dan petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lengah."
(QS. Al-A'râf [7]: 205)

Jadi, selayaknya seorang yang berdzikir kepada Allah untuk berkonsentrasi sewaktu mengucapkan lafazh dzikirnya. Hendaklah ia menyatukan antara dzikir hati dan dzikir lisan, agar manusia senantiasa tetap terikat dalam dzikirnya kepada Allah secara *zhahir* (lahir) maupun *bathin* (batin).

Senantiasa Berpikir Tentang Nikmat Allah

Rasulullah ﷺ bersabda:

((تَفَكَّرُوْا فِي آلَاءِ اللهِ وَلَا تَفَكَّرُوْا فِي اللهِ عَزَّ وَجَلَّ.))

"Berpikirlah tentang nikmat-nikmat Allah dan janganlah berpikir tentang Dzat Allah عَزَّ وَجَلَّ."[153]

Hal umum dalam kehidupan seorang muslim dalam keseharian adalah senantiasa merasakan nikmat Allah, yang senantiasa diberikan kepada para hamba.

Maka, berapakah nikmat Allah yang telah diberikan kepada hamba-Nya?

Berapa banyakkah bukti-bukti dari nikmat Allah yang bisa dilihat dan didengarnya dalam sehari semalam?

Oleh karena itu, secara otomatis wajib baginya untuk selalu memikirkan serta merenungkan nikmat-nikmat yang telah diberikan Allah kepadanya, dan memuji-Nya atas nikmat tersebut.

Apakah engkau merasakan nikmat Allah kepadamu ketika dimudahkan menuju masjid untuk mendirikan shalat berjamaah?

---

153 HR. At-Thabrani dalam *al-Mu'jamul Ausath* (no. 6456).

Lalu, bagaimana orang-orang di sekelilingmu yang benar-benar dicegah[154] dari mendapat nikmat tersebut?

Terlebih lagi pada waktu shalat Shubuh, engkau pun melihat di rumah-rumah kebanyakan kaum muslimin, mereka terlelap dalam tidur, layaknya orang mati.

Apakah engkau tidak merasakan nikmat yang telah diberikan Allah ﷻ tatkala engkau berjalan dan melihat begitu banyak pemandangan yang bermacam-macam?

Saat ada kecelakaan mobil, dan dari mobil-mobil lain terdengar suara-suara syaitan melalui alunan musik; apa ini bentuk bersyukur atas nikmat ilahi?

Demikianlah. Allah memberikan pemahaman dan penjagaan untukmu ketika terjadi banyak kerusakan.

Apakah engkau tidak merasakan nikmat yang telah diberikan Allah saat engkau mendengar atau membaca surah kabar yang memberitakan tentang perkembangan dunia internasional, berupa kelaparan, bencana banjir, mewabahnya penyakit, kecelakaan, gempa bumi, juga peperangan, dan pengusiran antar sesama?

Bandingkan kondisimu dengan kondisi orang-orang yang ditimpa musibah tersebut!

Hamba yang sukses ialah hamba yang hati, perasaan, dan inderanya senantiasa tidak dilalaikan terhadap nikmat yang telah diberikan Allah kepadanya pada setiap keadaan, situasi dan kondisi bagaimanapun.

---

[154] Maksudnya tidak dimudahkan untuk melaksanakan shalat berjamaah di masjid karena malas, enggan, tidak mengetahui keutamaannya, dan lain-lain.-ed

Dan setiap fenomena yang ia hadapi, ia senantiasa berada dalam keadaan memuji Allah dan bersyukur kepada-Nya terhadap segala nikmat yang diberikan berupa nikmat Islam, kesehatan, kelapangan, dan keselamatan dari setiap kejahatan.

Dalam sebuah hadits, Rasulullah ﷺ bersabda:

((مَنْ رَأَى مُبْتَلًى فَقَالَ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِيْ عَافَانِيْ مِمَّا ابْتَلَاكَ بِهِ وَفَضَّلَنِيْ عَلَى كَثِيْرٍ مِمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيْلًا لَمْ يُصِبْهُ ذٰلِكَ الْبَلَاءُ.))

"Barang siapa melihat orang yang mengalami cobaan, maka katakanlah olehnya: 'Segala puji bagi Allah yang menyelamatkan aku dari sesuatu yang Allah memberi cobaan kepadamu. Dan Allah telah memberi kemuliaan kepadaku melebihi kebanyakan orang, niscaya orang tersebut tidak ditimpa cobaan.'"[155]

Allah ﷻ berfirman:

﴿ ...فَاذْكُرُوٓا۟ ءَالَآءَ ٱللَّهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾

"... *Maka ingatlah akan nikmat-nikmat Allah agar kamu beruntung.*" (QS. Al-A'râf [7]: 69)

---

155 HR. At-Tirmidzi (no. 3431) dan Ibnu Majah (no. 3892).

Mengkhatamkan Al-Qur-an Setiap Bulan

Rasulullah ﷺ bersabda:

((اِقْرَإِ الْقُرْآنَ فِيْ شَهْرٍ.))

"Khatamkanlah al-Qur-an dalam setiap bulan."[156]

Metode Mengkhatamkan Al-Qur-an Setiap Bulan

Meluangkan waktu sejenak sebelum shalat fardhu sekitar 10 menit yang memungkinkan untuk membaca dua lembar atau sekadar empat halaman sebelum shalat atau setelahnya. Maka, dalam sehari akan mendapatkan 10 lembar atau 20 halaman, berarti engkau telah mencapai satu juz.

Dengan metode mengkhatamkan al-Qur-an demikian, maka akan mudah mengkhatamkan Kitab-Nya ini dalam setiap bulannya.



[156] HR. Abu Dawud (no. 1391.

Sunnah Sebelum Tidur

1. Mengucapkan doa:

بِسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوْتُ وَأَحْيَا

"Dengan menyebut nama-Mu, ya Allah, aku mati dan aku hidup."[157]

Setelah itu, mengumpulkan dua telapak tangan lalu ditiup dan dibacakan ﴿قُلْ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ﴾, ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلْفَلَقِ﴾ dan ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ ٱلنَّاسِ﴾, kemudian mengusap tubuh yang dapat dijangkau dengannya mulai dari kepala, wajah, dan tubuh bagian depan. Ini dilakukan sebanyak tiga kali.[158]

2. Membaca ayat Kursi:

﴿ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَىُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى
ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ
أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ
كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾﴾

---

[157] HR. Al-Bukhari (no. 6324) dan Muslim (no. 2711).

[158] HR. Al-Bukhari (11/277, no. 4439), Muslim (no. 2192), Abu Dawud (no. 3902), at-Tirmidzi (no. 3402), dan Ibnu Majah (no. 3529).

"Allah, tidak ada ilah selain Dia. Yang Mahahidup, Yang terus menerus mengurus (makhluk-Nya), tidak mengantuk dan tidak tidur. Milik-Nya apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. Tidak ada yang dapat memberi syafaat di sisi-Nya tanpa izin-Nya. Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan apa yang di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui sesuatu apa pun tentang ilmu-Nya melainkan apa yang Dia kehendaki. Kursi-Nya meliputi langit dan bumi. Dan Dia tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Dia Mahatinggi, Mahabesar."
(QS. Al-Baqarah [2]: 255).[159]

Manfaat membaca ayat Kursi ketika hendak tidur adalah bahwa Allah senantiasa menjaga pelakunya, dan ia tidak akan didekati syaitan sampai subuh. Hal ini shahih berdasarkan hadits di atas.

3. Membaca beberapa doa dan dzikir berikut:

بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنْبِيْ وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِيْ فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِيْنَ

"Dengan menyebut nama-Mu, wahai Rabbku, aku pun meletakkan lambungku. Dan dengan nama-Mu pula aku bangun dari tidur. Apabila Engkau menahan rohku (mati), maka berilah rahmat kepadanya. Tetapi apabila Engkau melepaskannya, maka peliharalah, sebagaimana Engkau memelihara hamba-hamba-Mu yang shalih."[160]

---

159 Keterangan ini diriwayatkan oleh al-Bukhari (11/267, no. 2311).
160 HR. Al-Bukhari (no. 6320), Muslim (no. 2714), Abu Dawud (no. 5050), dan at-Tirmidzi (no. 3401).

اَللّٰهُمَّ خَلَقْتَ نَفْسِيْ وَأَنْتَ تَوَفَّاهَا، لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا، إِنْ أَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا، وَإِنْ أَمَتَّهَا فَاغْفِرْلَهَا، اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ

"Ya Allah, Engkau telah menciptakan diriku, dan Engkaulah yang akan mematikannya. Mati dan hidupnya hanya milik-Mu. Apabila Engkau menghidupkannya, maka peliharalah; dab apabila Engkau mematikannya, maka ampunilah. Ya Allah, sesungguhnya aku mohon kepada-Mu keselamatan."[161]

اَللّٰهُمَّ قِنِيْ عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ

"Ya Allah! Jauhkanlah aku dari siksa-Mu pada hari ketika Engkau membangkitkan hamba-hamba-Mu."
(Dibaca 3x).[162]

Mengucapkan doa tersebut apabila telah meletakkan tangan yang kanan di bawah pipi.

(سُبْحَانَ اللهِ) ثَلَاثًا وَثَلَاثِيْنَ.

(وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ) ثَلَاثًا وَثَلَاثِيْنَ.

(وَاللهُ أَكْبَرُ) أَرْبَعًا وَثَلَاثِيْنَ.

"*Tasbih* (*Subhânallâh*) 33 kali, *tahmid* (*Alhamdulillâh*) 33 kali, *takbir* (*Allâhu Akbar*) 34 kali."[163]

---

161 HR. Muslim (no. 2712) dan Ahmad (II/79).

162 HR. Abu Dawud (no. 5045), at-Tirmidzi (no. 3399), Ibnu Majah (no. 3877), dan Ibnu Hibban (no. 2350).

163 HR. Al-Bukhari (no. 3113) dan Muslim (no. 2727).

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا، وَكَفَانَا وَآوَانَا، فَكَمْ مِمَّنْ لَا كَافِيَ لَهُ وَلَا مُؤْوِيَ

"Segala puji bagi Allah yang telah memberi kami makan dan minum, mencukupi kami dan memberi kami tempat berlindung, sementara banyak orang tidak ada yang mencukupinya atau memberi tempat kepadanya."[164]

اَللّٰهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ. رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِيْ سُوْءًا أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ

"Ya Allah Yang Maha mengetahui yang ghaib dan yang nyata, wahai Rabb Pencipta langit dan bumi, Rabb dan Penguasa segala sesuatu. Aku bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak diibadahi kecuali Engkau. Aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan diriku, syaitan dan sekutunya dan aku berlindung kepada-Mu dari berbuat keburukan atas diriku atau mendorong seorang muslim kepadanya."[165]

اَللّٰهُمَّ أَسْلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِيْ إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِيْ أَنْزَلْتَ وَنَبِيِّكَ الَّذِيْ أَرْسَلْتَ

164 HR. Muslim (no. 2715).
165 HR. Abu Dawud (no. 5067) dan at-Tirmidzi (no. 3392).
166 HR. Al-Bukhari (no. 247, 6113, 6313, 7488), Muslim (no. 2710), Abu Dawud (no. 5046), dan at-Tirmidzi (no. 3394).

"Ya Allah, aku menyerahkan diriku kepada-Mu, aku menghadapkan wajahku kepada-Mu, aku serahkan urusanku kepada-Mu, aku sandarkan punggungku kepada-Mu karena mengharap dan takut kepada-Mu, tiada tempat berlindung dan menyelamatkan diri dari ancaman-Mu kecuali bagi-Mu, aku beriman kepada Kitab yang Engkau turunkan dan Nabi yang Engkau utus."[166]

اَللّٰهُمَّ رَبَّ السَّمَاوَاتِ السَّبْعِ وَرَبَّ الْأَرْضِ، وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوَى، وَمُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالْإِنْجِيْلِ وَالْفُرْقَانِ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ، اَللّٰهُمَّ أَنْتَ الْأَوَّلُ فَلَيْسَ قَبْلَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الْآخِرُ فَلَيْسَ بَعْدَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الظَّاهِرُ فَلَيْسَ فَوْقَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الْبَاطِنُ فَلَيْسَ دُوْنَكَ شَيْءٌ، اِقْضِ عَنَّا الدَّيْنَ، وَأَغْنِنَا مِنَ الْفَقْرِ

"Ya Allah, Rabb langit yang tujuh, Rabb bumi, Rabb Arsy yang agung, Rabb kami dan Rabb segala sesuatu, Yang membelah biji dan benih, Yang menurunkan Taurat, Injil, dan al-Qur-an, aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan segala sesuatu yang Engkau pegang ubun-ubunnya. Ya Allah, Engkaulah Yang Awal, tidak ada sesuatu pun sebelum-Mu dan Engkaulah Yang Akhir, tidak ada sesuatu pun setelah-Mu. Engkaulah Yang Zhahir, tidak ada sesuatu pun yang mengungguli-Mu dan Engkaulah Yang Batin, dan tidak ada sesuatu pun yang tersembunyi dari-Mu, lunasilah utang kami dan cukupkanlah kami dari kefakiran (kemiskinan)."[167]

4. **Membaca dua ayat terakhir dari surah Al-Baqarah.**

﴿ءَامَنَ ٱلرَّسُولُ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡهِ مِن رَّبِّهِۦ وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۚ كُلٌّ ءَامَنَ بِٱللَّهِ
وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ لَا نُفَرِّقُ بَيۡنَ أَحَدٖ مِّن رُّسُلِهِۦۚ وَقَالُواْ
سَمِعۡنَا وَأَطَعۡنَاۖ غُفۡرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيۡكَ ٱلۡمَصِيرُ ٢٨٥ لَا يُكَلِّفُ
ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَاۚ لَهَا مَا كَسَبَتۡ وَعَلَيۡهَا مَا ٱكۡتَسَبَتۡۗ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذۡنَآ إِن نَّسِينَآ أَوۡ أَخۡطَأۡنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحۡمِلۡ عَلَيۡنَآ إِصۡرٗا كَمَا
حَمَلۡتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلۡنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦۖ
وَٱعۡفُ عَنَّا وَٱغۡفِرۡ لَنَا وَٱرۡحَمۡنَآۚ أَنتَ مَوۡلَىٰنَا فَٱنصُرۡنَا عَلَى ٱلۡقَوۡمِ
ٱلۡكَٰفِرِينَ ٢٨٦﴾

"Rasul (Muhammad) beriman kepada apa yang diturunkan kepadanya (al-Qur-an) dari Rabbnya, demikian pula orang-orang yang beriman. Semua beriman kepada Allah, Malaikat-Malaikat-Nya, Kitab-Kitab-Nya dan Rasul-Rasul-Nya. (Mereka berkata): 'Kami tidak membeda-bedakan seorang pun dari Rasul-Rasul-Nya.' Dan mereka berkata: 'Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami Ya Rabb kami, dan kepada-Mu tempat (kami) kembali. Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa): 'Ya Rabb kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Rabb kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada

orang-orang sebelum kami. Ya Rabb kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.'" (QS. Al-Baqarah [2]: 285-286)

Hal ini berdasarkan sabda Rasulullah ﷺ:

((مَنْ قَرَأَ بِهِمَا فِيْ لَيْلَةٍ كَفَتَاهُ.))

"Barang siapa membaca dua ayat tersebut pada malam hari, maka dua ayat tersebut telah mencukupinya."[167]

Imam an-Nawawi رحمه الله dalam *al-Adzkâr* menyatakan: "Para ulama berbeda pendapat tentang makna كَفَتَاهُ (telah mencukupinya). Ada yang berpendapat bahwa maknanya yaitu telah mencukupi dari shalat malam, sedangkan yang lain mengatakan bahwa maknanya yaitu telah mencukupinya dari setiap keburukan dan kejahatan yang dilarang. Menurut pendapatku, dua penafsiran ini mungkin saja benar.'"[168]

5. Berada dalam keadaan suci, tetap berwudhu.

Berdasarkan sabda Rasulullah ﷺ:

((إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ.))

"Apabila engkau hendak tidur, maka berwudhulah (terlebih dahulu)."[169]

---

[167] HR. Al-Bukhari (no. 5051) dan Muslim (no. 807 dan 808).
[168] Lihat *al-Adzkâr* (I/258) karya Imam an-Nawawi.

6. Tidur di atas rusuk sebelah kanan.

Berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ.))

"Kemudian berbaringlah di atas rusuk sebelah kananmu."[170]

7. Meletakkan tangan yang kanan di bawah pipi kanan.

Berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((كَانَ إِذَا رَقَدَ وَضَعَ يَدَهُ الْيُمْنَى تَحْتَ خَدِّهِ.))

"Rasulullah ﷺ apabila tidur, beliau meletakkan tangan kanannya di bawah pipinya."[171]

8. Mengibaskan tempat tidur atau membersihkan tempat tidur dari kotoran.

Berdasarkan hadits Rasulullah ﷺ:

((إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ فَلْيَنْفُضْ فِرَاشَهُ فَإِنَّهُ لَا يَعْلَمُ مَا خَلَفَهُ بَعْدَهُ.))

"Jika salah seorang di antara kalian hendak tidur, hendaklah ia mengibaskan tempat tidurnya karena ia tidak tahu apa yang terjadi sepeninggalnya tadi."[172]

---

169 HR. Al-Bukhari (no. 247) dan Muslim (no. 2710).

170 HR. Al-Bukhari (no. 247) dan Muslim (no. 2710).

171 HR. Abu Dawud (no. 5045), at-Tirmidzi (no. 3395), Ibnu Majah (no. 3877), dan Ibnu Hibban (no. 5522). Dishahihkan Syaikh al-Albani di dalam kitabnya, *Silsilah al-Ahâdîts ash-Shahîhah* (no. 2754)-ed.

9. Membaca surah Al-Kâfirûn.

((أَنَّهَا بَرَاءَةٌ مِنَ الشِّرْكِ.))

"(Membaca surah Al-Kâfirûn) akan membebaskan diri dari kesyirikan."[173]

Imam an-Nawawi رحمه الله menerangkan: "Yang utama ialah kita mengerjakan seluruh sunnah yang disebutkan dalam bab ini. Namun apabila tidak mungkin dikerjakan, maka kerjakanlah bagian yang terpenting saja."

Dilihat dari praktik sehari-hari, maka kita mendapati bahwa kebanyakan manusia tidur dua kali dalam sehari. Sehingga, sunnah-sunnah sebelum tidur bisa dipraktikkan sebanyak dua kali. Sunnah tersebut tidak hanya khusus untuk tidur malam, tetapi juga untuk tidur siang, karena hadits-hadits yang ada sifatnya umum.

---

[172] HR. Al-Bukhari (no. 6320), Muslim (no. 2714), at-Tirmidzi (no. 3401), dan Abu Dawud (no. 5050).

[173] HR. Abu Dawud (no. 5055), at-Tirmidzi (no. 3464), Ahmad (V/456), Ibnu Hibban (no. 2363, 2364), dan al-Hakim (I/565, II/538).

Faedah Mengerjakan Sunnah ketika Hendak Tidur

1) Bagi seorang muslim yang senantiasa memelihara doa-doa tersebut sebelum tidur, akan ditulis baginya 100 sedekah. Rasulullah ﷺ bersabda:

((كُلُّ تَسْبِيْحَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَحْمِيْدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَهْلِيْلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيْرَةٍ صَدَقَةٌ ....))

"Setiap *tasbih* adalah sedekah, setiap *tahmid* adalah sedekah, setiap *tahlil* adalah sedekah, setiap *takbir* adalah sedekah."[174]

Imam an-Nawawi رحمه الله berkata: "Sesungguhnya ia mendapatkan ganjaran pahala..."

2) Akan ditanamkan 100 pohon bagi seorang muslim di Surga jika mampu memelihara doa-doa sebelum tidur sebagaimana yang telah dijelaskan dalam hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah pada bahasan faedah dzikir-dzikir setelah shalat.

3) Allah akan menjaga seorang muslim yang senantiasa memelihara sunnah-sunnah tersebut, dan syaitan tidak akan mendekatinya sepanjang malam, serta diberikan keselamatan dari kejahatan-kejahatan dan segala sesuatu yang merugikan seperti penyakit.

4) Seorang hamba yang shalih akan menghabiskan hari-harinya dengan berdzikir kepada Allah, taat kepada-Nya, bertawakal kepada-Nya, senantiasa meminta pertolongan hanya kepada Allah semata, dan istiqamah dalam mentauhidkan-Nya. ❑

[174] HR. Muslim (no. 720).

Penutup

Demikianlah usaha saya, selaku penyusun buku ini, dalam mengumpulkan sunnah-sunnah Rasulullah ﷺ yang beliau praktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kami memohon kepada Allah ﷻ agar dihidupkan di atas sunnah Nabi Muhammad, dan agar kami dimatikan di atas sunnah itu pula.

Dan, akhir penutup doa kami yaitu:

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ.

"Segala puji bagi Allah, Rabb semesta alam."

